

**LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) / MAGANG III**

LOKASI SMP NEGERI 2 TEMPEL

Alamat: Jalan Balangan, Banyurejo , Tempel Sleman, Yogyakarta

SEMESTER KHUSUS TAHUN AKADEMIK 2015 / 2016

10 Agustus – 12 September 2015



Disusun oleh :

Nama : Muhamad Fadchurrohman
NIM : 12601241031
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2015

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini mengesahkan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2015/ 2016 di SMP N 2 Tempel dan menerangkan bahwa :

nama : Muhamad Fadchurrohman
NIM : 12601241031
prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan di SMP N 2 Tempel dari tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015 dan laporan ini sebagai bukti pelaksanaannya.

Yogyakarta, 12 September 2015

Guru Pembimbing

Dosen Pembimbing Lapangan



Sumaryana

Fathan Nurcahyo, M.Or

NIP. 19630910 198412 1 009

NIP. 1982071 1200812 1 003

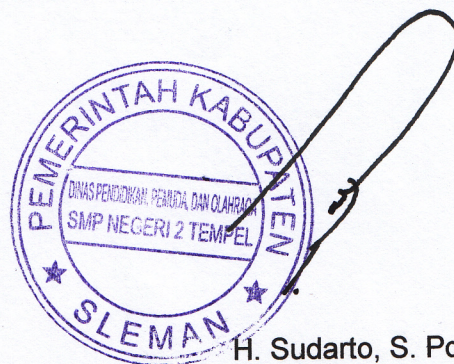
Mengetahui,

Koordinator PPL SMP N 2 Tempel

Kepala SMP N 2 Tempel

Dwi Marjana Saputra, S.Pd.

NIP. 19600220 198103 1 006



H. Sudarto, S. Pd

NIP. 19570806 198303 1 020

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) 2014 di SMP Negeri 2 Tempel dengan lancar dan pada akhirnya laporan ini dapat tersusun dengan baik.

Laporan ini disusun sebagai tugas akhir pelaksanaan kegiatan PPL yang telah dilaksanakan selama 1 bulan di SMP Negeri 2 Tempel terhitung mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015. Penulis menyadari sepenuhnya keberhasilan pelaksanaan program PPL ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu, terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Bapak H. Sudarto, S. Pd selaku kepala SMP Negeri 2 Tempel.
2. Bapak Dwi Marjana S., S.Pd selaku koordinator PPL UNY 2015 SMP Negeri 2 Tempel.
3. Bapak Fathan Nurcahyo, M.Or. selaku Dosen Pembimbing Prodi.
4. Ibu Ela Wulandari, M.A. selaku Dosen Pembimbing Pamong PPL.
5. Bapak Sumaryana selaku Guru Pembimbing PPL di SMP N 2 Tempel yang banyak memberi kami pengalaman bagaimana cara mengajar di sekolah kepada penulis.
6. Seluruh guru dan karyawan SMP Negeri 2 Tempel yang telah banyak membantu dalam kegiatan PPL.
7. Seluruh peserta didik SMP Negeri 2 Tempel yang sangat penulis banggakan.
8. Pihak LPPMP yang telah memberikan pengarahan dan bantuannya untuk pelaksanaan PPL 2015.
9. Rekan-rekan kelompok PPL SMP Negeri 2 Tempel yang banyak membantu penulis.
10. Semua pihak yang telah memberikan dukungan, saran dan masukan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu hingga terselesaikannya laporan ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan laporan PPL ini, sehingga penulis sangat mengharapkan masukan berupa saran dan kritik untuk perbaikan demi kesempurnaan laporan ini. Akhirnya, semoga apa yang telah penulis lakukan dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 9 September 2015

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul i

Halaman Pengesahan Laporan PPL ii

Kata Pengantar iii

Daftar Isi iv

Abstrak v

BAB I. PENDAHULUAN

 A. Analisis Situasi 2

 B. Perumusan Program PPL 6

BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

 A. Persiapan Program Kerja PPL 8

 B. Pelaksanaan Program PPL Individu 10

 C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi 14

BAB III. PENUTUP

 A. Kesimpulan 19

 B. Saran 19

Daftar Pustaka 21

Lampiran 22

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Hasil Observasi Pembelajaran di Kelas
- Lampiran 2. Hasil Observasi Kondisi Sekolah
- Lampiran 3. Hasil Observasi Lembaga
- Lampiran 4. Matriks Pelaksanaan Program Kerja PPL
- Lampiran 5. Kartu Bimbingan PPL
- Lampiran 6. Kalender Akademik Tahun Ajaran 2015/2016
- Lampiran 7. Daftar Normatif Pegawai SMP N 2 Tempel
- Lampiran 8. Struktur organisasi SMP N 2 Tempel T.A 2015/2016
- Lampiran 9. Program Tahunan
- Lampiran 10. Program Semester
- Lampiran 11. Silabus
- Lampiran 12. Jadwal Pelajaran
- Lampiran 13. Jadwal Mengajar
- Lampiran 14. Laporan Mingguan
- Lampiran 15. Daftar Presensi Peserta Didik
- Lampiran 16. Daftar Nilai Peserta Didik
- Lampiran 17. RPP
- Lampiran 18. Dokumentasi Kegiatan Pembelajaran

LAPORAN PPL DI SMP NEGERI 2 TEMPEL 2015

ABSTRAK

Oleh:

Muhamad Fadchurrohman

NIM. 12601241031

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) merupakan perguruan tinggi negeri berbasis pendidikan yang mempunyai tugas untuk menyelenggarakan pendidikan dan pengabdian kepada masyarakat serta membina tenaga kependidikan. Untuk mewujudkan hal tersebut, maka UNY memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada mahasiswa program studi pendidikan pada salah satu mata kuliah yaitu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengaplikasikan/menerapkan ilmu yang telah dipelajarinya di bangku perkuliahan. Kegiatan PPL dapat bertujuan untuk memberikan pengalaman nyata dan langsung kepada mahasiswa sebagai calon pendidik, sehingga mahasiswa dapat menerapkan, mempersiapkan, dan mengembangkan kemampuannya sebagai pendidik.

Kegiatan PPL ini dilaksanakan oleh mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) untuk melaksanakan pembelajaran PPL langsung pada lingkungan sekolah. Sekolah yang digunakan sebagai tempat praktik ini adalah SMP Negeri 2 Tempel, yang dilaksanakan mulai dari tanggal 10 Agustus 2015 hingga tanggal 12 September 2015. Selama pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP N 2 Sleman, praktikan mengajar kelas VII B dan D serta kelas IX B dan D. Materi yang diberikan cukup bervariasi, meliputi permainan bola basket, permainan bola voli, atletik, senam lantai, kebugaran, dan kesehatan.

Penyelenggaraan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) mampu memberikan kesempatan yang sangat berarti. Selama penyelenggaraan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa berinteraksi langsung dengan semua komponen yang ada di sekolah secara *real*. Hasil yang diperoleh mahasiswa dari kegiatan PPL yaitu mendapatkan pengalaman *real* berkaitan dengan perencanaan, penyusunan perangkat pembelajaran, proses pembelajaran dan pengelolaan kelas. Selain itu, mahasiswa telah dapat menerapkan dan mengembangkan ilmu serta ketrampilan yang dimiliki sesuai dengan program studi masing-masing.

Kata kunci : PPL, SMP Negeri 2 Tempel, Mengajar



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sesuai dengan Tri Dharma perguruan tinggi yang ketiga yaitu pengabdian kepada masyarakat, seorang mahasiswa harus mampu menerapkan dan menyalurkan ilmu yang mereka dapat dari kampus kepada masyarakat. Dengan adanya Praktik Pengalaman Lapangan, mahasiswa jurusan kependidikan diharapkan mampu menambah pengetahuan dan pengalaman mengajar di lembaga-lembaga atau instansi kependidikan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu bentuk pendidikan dengan memberikan pelatihan dan pengalaman belajar yang berhubungan dengan masyarakat khususnya dunia pendidikan sehingga dapat mengidentifikasi permasalahan dan mengatasinya yang berkaitan dengan dunia pendidikan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wadah untuk pembentukan tenaga kependidikan yang berkompetensi pedagogik, individual, sosial dan profesional yang siap memasuki dunia pendidikan, mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki sikap, nilai, pengetahuan, keterampilan pedagogi dan keterampilan profesional.

Lokasi PPL adalah sekolah atau lembaga pendidikan yang ada di wilayah Propinsi DIY dan Jawa Tengah. Sekolah meliputi SD, SLB, SMP, MTs, SMA, SMK, dan MAN. Lembaga pendidikan mencakup lembaga pengelola pendidikan seperti Dinas Pendidikan, Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) milik kedinasaan, klub cabang olah raga, balai diklat di masyarakat atau instansi swasta.

Untuk itu mahasiswa diterjunkan ke lembaga-lembaga kependidikan tersebut dalam jangka waktu kurang lebih satu bulan agar dapat mengamati dan mempraktikan semua kompetensi secara faktual tentang pelaksanaan proses pembelajaran dan kegiatan akademis lain yang diperlukan oleh guru atau tenaga kependidikan sesuai bidang jurusan melalui program "PPL di SMP N 2 Tempel".

Kegiatan PPL meliputi kegiatan pra PPL dan PPL. Kegiatan pra PPL meliputi perkuliahan *micro teaching* dan observasi PPL di sekolah, dan observasi proses pembelajaran di dalam kelas.

Kegiatan pelaksanaan PPL bagi mahasiswa studi kependidikan meliputi :

1. Observasi Lapangan
2. Pelaksanaan Praktik Mengajar



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

3. Praktik Persekolahan
4. Penyusunan Laporan PPL

B. Analisis Situasi

SMP N 2 Tempel merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PPL UNY tahun 2015. SMP N 2 Tempel beralamat di Jl. Balangan Tempel, Sleman, kode pos 55552, telp (0274) 7490570. Sekolah ini juga cukup kondusif sebagai tempat belajar. Dari hasil pengamatan, maka didapatkan berbagai informasi tentang SMP Negeri 2 Tempel, sehingga dapat dijadikan sebagai dasar acuan atau konsep awal untuk melakukan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan. Berikut hasil pengamatan yang kami lakukan:

1. Kondisi Fisik Sekolah

a. Kondisi Lingkungan SMP N 2 Tempel

SMP Negeri 2 Tempel terletak di Jalan Balangan, Barongan, Banyurejo, Tempel adalah sekolah menengah pertama dibawah naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman. Letak SMP Negeri 2 Tempel terletak dilalui oleh jalan alternatif lintas kota serta terletak di pinggir sungai dan pesawahan. Kondisi alam dan lingkungan yang cukup bagus mempermudah proses pembelajaran terutama pendidikan jasmani.

b. Ruang Kelas

Ruang kelas SMP Negeri 2 Tempel adalah sebanyak 15 ruang kelas dengan perincian sebagai berikut:

- 1) 5 kelas untuk kelas VII, A-B-C-D-E
- 2) 5 kelas untuk kelas VIII, A-B-C-D-E
- 3) 5 kelas untuk kelas IX, A-B-C-D-E

Setiap ruang kelas terdapat meja dan tempat duduk guru, meja dan tempat duduk siswa, LCD Proyektor, alat-alat kebersihan, dan papan pengumuman.

c. Laboratorium IPA

d. Laboratorium Komputer

e. Ruang Perkantoran

- a) Ruang Kepala Sekolah
- b) Ruang Guru
- c) Ruang Tata Usaha
- d) Ruang Bimbingan Konseling

f. Perpustakaan

g. Ruang UKS



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

h. Tempat Ibadah

i. Ruang AVA

j. Ruang Kegiatan Peserta Didik

- 1) Ruang OSIS
- 2) Ruang Koperasi
- 3) Sarana dan Prasarana Olahraga

a) Aula

Berukuran cukup luas terdapat lapangan bola voli dan bulu tangkis. Bisa digunakan sebagai gedung pertemuan dan tempat pembelajaran penjas untuk materi kebugaran, senam lantai, lompat tinggi, futsal, dan kegiatan lain yang memerlukan gedung indoor.

b) Lapangan Bola Basket

Terletak di lapangan upacara sekolah

c) Lapangan Sepak Bola

Terletak 200 m dari sekolah merupakan lapangan desa

d) Bak Pasir Lompat Jauh

e) Bola (Sepak, Voli, Basket, Tennis, Kasti)

f) Matras

g) Net

h) Start Block

i) Cakram, Lembing, dan Tolak Peluru

j) Tongkat Kasti

k) Tongkat Estafet

l) Cone

4) Fasilitas Penunjang Lainnya

a) Gudang

b) Kantin sekolah

c) Kamar mandi/ WC guru dan karyawan

d) Kamar mandi/ WC peserta didik

e) Parkir sepeda peserta didik

f) Parkir kendaraan guru dan karyawan

2. Kondisi Non Fisik Sekolah

a. Visi dan Misi

Visi :

“Unggul dalam prestasi, berbudaya berlandaskan imtaq.”



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

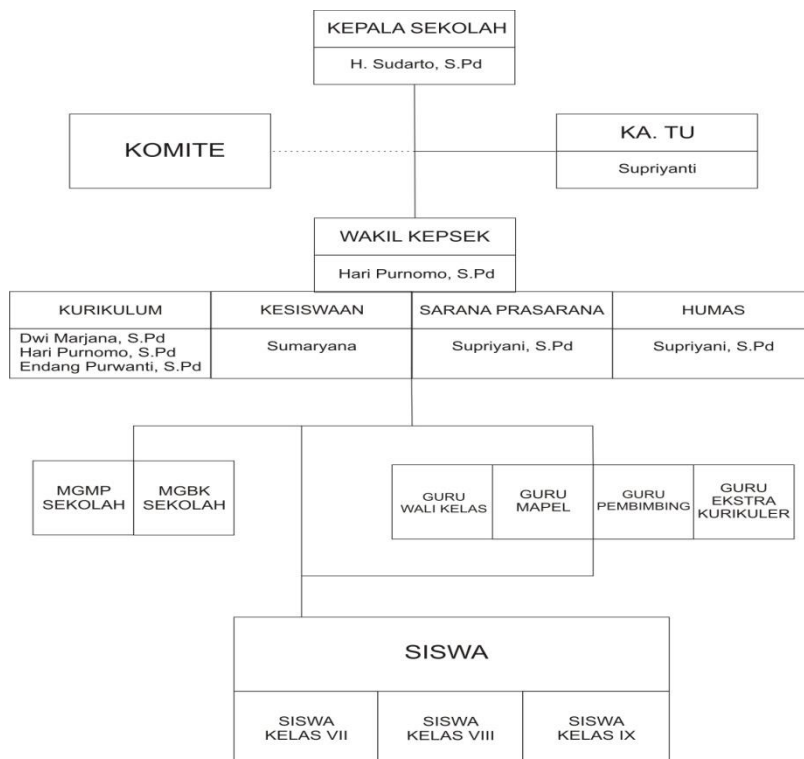
Alamat :Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

Misi :

1. Melaksanakan pengembangan kurikulum sesuai kebutuhan sekolah.
2. Meningkatkan prestasi akademik dan non-akademik melalui kegiatan peningkatan mutu dan sarana pembelajaran.
3. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara aktif, inovatif, kreatif efektif dan menyenangkan sehingga setiap peserta didik dapat berkembang secara optimal sesuai potensi yang dimiliki.
4. Meningkatkan penguasaan teknologi informasi dan komunikasi.
5. Memenuhi sarana dan prasarana pendidikan sesuai kebutuhan peserta didik.
6. Melaksanakan pengelolaan sesuai sistem pendidikan yang transparan dan akuntabel.
7. Mewujudkan sistem penilaian sesuai Standar Nasional Pendidikan.
8. Meningkatkan disiplin, penghayatan budi pekerti luhur, dan cinta tanah air.
9. Menyelenggarakan kegiatan-kegiatan keagamaan sesuai agama masing-masing.

b. Struktur Organisasi

Berikut adalah struktur organisasi SMP N 2 Tempel Tahun Pelajaran 2015/ 2016 :





PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

Struktur organisasi tersebut akan memperjelas tugas dan fungsi dari setiap komponen yang tercantum dalam struktur tersebut. Berdasarkan struktur organisasi tersebut, setiap komponen memiliki tanggung jawab yang besar untuk melaksanakan apa yang menjadi tugas pokok dari setiap komponen struktur organisasi tersebut.

c. Potensi Peserta Didik

Peserta didik SMP N 2 Tempel tahun akademik 2015/2016 mayoritas berasal dari daerah kecamatan Tempel, kecamatan Seyegan dan daerah kabupaten Magelang. Sebagai sekolah yang mempunyai Kelas Khusus Olahraga, SMP N 2 Tempel memiliki banyak keunggulan terutama dalam bidang olahraga. Peserta didik yang diterima di sekolah ini merupakan peserta didik yang pendaftarannya melalui seleksi nilai dan praktik yang diadakan secara langsung oleh pihak sekolah dan juga bekerjasama dengan Dispora Kabupaten Sleman. Prestasi akademik yang diraih peserta didik dalam meliputi berbagai prestasi antara lain pemenang perlombaan olahraga tingkat kabupaten, provinsi dan tingkat nasional. Jumlah peserta didik SMP N 2 Tempel berjumlah 444, yang terdiri dari laki-laki berjumlah 243 dan perempuan berjumlah 201.

d. Potensi Guru dan Karyawan

Sekolah ini didukung oleh tenaga pengajar sebanyak 31 orang. Kualifikasi guru SMP N 2 Tempel adalah sebagian besar Sarjana Strata 1. Dimana setiap guru memiliki tugas untuk mengajar mata pelajaran sesuai bidangnya dan ada beberapa guru merangkap tugas tambahan seperti dalam hal perpustakaan, laboratorium IPA, Pembina OSIS, Ekstrakurikuler, Wks Urusan Sarpras dan Humas, serta Wks Urusan Kurikulum dan Kesiswaan.

e. Administrasi (karyawan, sekolah, dinding)

Administrasi di TU SMP Negeri 2 Tempel terbilang baik karena semua file yang ada sudah tersusun dan terkoordinir dengan rapi. Semua karyawan dituntut untuk disiplin dan semua administrasi dituntut untuk rapi dan sesuai dengan standar yang telah ditentukan.

f. Bimbingan Konseling

Bimbingan Konseling memiliki tugas yang sangat penting, terkait dengan peserta didik. Keberadaan BK sangat membantu peserta didik dalam menyelesaikan berbagai macam persoalan yang menghambat proses belajar mengajar. Selain itu BK juga membantu peserta didik berkonsultasi untuk menentukan kelanjutan studi ke jenjang selanjutnya.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat :Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

g. Organisasi dan Fasilitas OSIS

OSIS merupakan organisasi yang dijalankan oleh peserta didik sebagai badan eksekutif peserta didik SMP Negeri 2 Tempel. Pengurus OSIS terdiri dari peserta didik kelas VII kelas VIII dan dari kelas IX. Osis belum memiliki ruangan sendiri sehingga masih menggunakan perpustakaan sebagai tempat untuk rapat.

h. Ekstrakurikuler

Selain OSIS untuk mengasah kemampuan peserta didik dalam berorganisasi, sekolah juga memiliki beberapa ekstrakurikuler untuk menunjang kemampuan sesuai minat dan bakat peserta didik. Pelaksanaan ekstrakurikuler dilaksanakan setelah kegiatan pembelajaran selesai dan telah berjalan dengan baik. Adapun ekstrakurikuler yang dimiliki oleh SMP Negeri 2 Tempel antara lain sebagai berikut.

- 1) Pramuka
- 2) Sepak bola
- 3) Volly
- 4) Atletik
- 5) Seni Tari
- 6) Tartil Al Qur'an
- 7) Tonti

C. Rumusan Program Kegiatan PPL

Program PPL ini merupakan bagian dari mata kuliah dengan jumlah 3 SKS yang harus ditempuh oleh mahasiswa program studi kependidikan. Materi yang ada meliputi program mengajar teori dan praktik di kelas dengan pengarahannya oleh guru pembimbing. Pelaksanaan PPL di mulai sejak tanggal 10 Juli 2015 sampai dengan 12 September 2015. Agar tercapai efisiensi dan efektivitas penggunaan waktu yang ada, maka kegiatan PPL direncanakan sebagai berikut:

NO	KEGIATAN PPL
1.	Penerjunan Mahasiswa PPL
2.	Pembuatan Program PPL
	a. Observasi
	b. Menyusun Matrik Program PPL
3.	Administrasi Pembelajaran
	a. Rekap nilai dan presensi
	b.
4.	Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)
	a. Persiapan



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat :Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

NO	KEGIATAN PPL
	1. Konsultasi
	2. Mengumpulkan materi
	3. Membuat RPP
	4. Menyiapkan/ membuat media pembelajaran
	5. Menyusun materi pembelajaran
	b. Mengajar Terbimbing
	1. Praktik mengajar di kelas
	2. Penilaian, evaluasi, dan tindak lanjut
5.	Pembelajaran Ekstrakurikuler (Kegiatan Non-mengajar)
	a. Seni Tari
	b. Keolahragaan
	c. Tonti
6.	Kegiatan Sekolah
	a. Upacara bendera hari Senin
	1. Latihan
	2. Pelaksanaan upacara bendera
	b. Pelaksanaan Hari Kemerdekaan RI
	1. Persiapan
	2. Upacara bendera 17 Agustus
	c. Pembuatan Buku kemajuan tadarus
	d. Kegiatan keagamaan
7.	Kegiatan Insidental
	a. Melayat
	b. Pendampingan kunjungan KKO
8.	Pembuatan Laporan PPL
	a. Persiapan
	b. Pelaksanaan
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut
9.	Penarikan Mahasiswa PPL



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan PPL

Persiapan mengajar merupakan kegiatan yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan sebelum melakukan praktik mengajar sesuai dengan jurusan masing-masing. Untuk kelancaran pelaksanaan program yang telah kami rencanakan, kami melalui tahap persiapan dari universitas sampai persiapan di lapangan yang berisi kegiatan :

1. Observasi Fisik

Sasaran dari kegiatan ini adalah keadaan lokasi sekolah, gedung sekolah, lingkungan sekolah serta sarana dan prasarana yang ada di sekolah.

2. Observasi Proses Mengajar

Adapun yang menjadi obyek dari observasi ini adalah :

a. Perangkat Pembelajaran

- 1) Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)
- 2) Silabus
- 3) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

b. Proses Pembelajaran

- 1) Membuka pelajaran
- 2) Penyajian materi
- 3) Metode pembelajaran
- 4) Penggunaan bahasa
- 5) Penggunaan waktu
- 6) Gerak
- 7) Cara memotivasi peserta didik
- 8) Teknik bertanya dan menanggapi pertanyaan
- 9) Teknik penguasaan kelas
- 10) Penggunaan media pembelajaran
- 11) Bentuk dan cara evaluasi
- 12) Menutup pelajaran

c. Perilaku Peserta Didik

- 1) Perilaku peserta didik di dalam kelas
- 2) Perilaku peserta didik di luar kelas

3. Pembekalan Pengajaran Mikro

Pembekalan dilakukan sebelum diterjurakan ke lapangan mempunyai tujuan agar mahasiswa menguasai kompetensi sebagai berikut:



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

- a. Memahami dan menghayati konsep dasar, arti, tujuan, pendekatan, program, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi PPL.
- b. Mendapatkan informasi tentang situasi, kondisi, potensi, dan permasalahan sekolah/lembaga yang akan dijadikan lokasi PPL. memiliki bekal pengetahuan tata krama kehidupan disekolah/lembaga.
- c. Memiliki bekal pengetahuan tata krama kehidupan disekolah/lembaga.
- d. Memiliki wawasan tentang pengelolaan dan pengembangan lembaga pendidikan.
- e. Memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan praktis agar dapat melaksanakan program dan tugas-tugasnya di sekolah/lembaga.
- f. Memiliki kemampuan menggunakan waktu secara efisien pada saat melaksanakan program PPL.

Materi pembekalan ini juga berisi tentang pengembangan kompetensi pendidikan dan tenaga kependidikan,

- a. Konsultasi persiapan mengajar

Konsultasi dengan guru pembimbing dilakukan dengan tujuan memberikan bekal bagi mahasiswa agar lebih siap dalam melaksanakan proses belajar mengajar dan konsultasi mengenai penyusunan silabus dan RPP, konsultasi ini dilaksanakan sebelum mengajar.

- b. Menyusun perangkat administrasi guru

Tujuan dari kegiatan ini agar mahasiswa mempunyai pengetahuan mengenai administrasi guru dan mengetahui cara penyusunannya sehingga perangkat pembelajaran yang mendukung proses belajar mengajar dapat tersusun dengan rapi dan lengkap.

4. Pengajaran Mikro

Micro teaching merupakan salah satu mata kuliah wajib yang diadakan pada semester VI sebagai salah satu syarat lulus sebelum pelaksanaan PPL. Pada pembelajaran mikro ini, mahasiswa dibagi di dalam kelompok kecil yang terdiri dari 10 mahasiswa yang diampu oleh satu dosen pembimbing mikro. Praktik pembelajaran mikro meliputi :

- a. Praktik menyusun perangkat pembelajaran berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan media pembelajaran.
- b. Praktik membuka pelajaran.
- c. Praktik mengajar dengan metode yang dianggap sesuai dengan materi yang disampaikan.
- d. Praktik menyampaikan materi yang berbeda-beda (materi fisik dan non fisik).



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

- e. Praktik keterampilan mengajar terpadu.
- f. Teknik bertanya kepada peserta didik.
- g. Praktik efisiensi alokasi waktu dan penguasaan kelas.
- h. Praktik mengajar teori di kelas dengan bahasa baku dan jelas.
- i. Praktik menggunakan media pembelajaran.
- j. Praktik menutup pelajaran.

Setiap kali mengajar mahasiswa diberi kesempatan selama 15 menit untuk keterampilan mengajar terbatas dan 40 menit untuk keterampilan mengajar terpadu. Pelaksanaan mikro untuk penjas sendiri dilaksanakan pada beberapa tempat yang berbeda sesuai dengan materi yang diajarkan, sehingga setiap materi ajar bisa dilaksanakan oleh semua mahasiswa. Seperti permainan Bola Besar, Bola Kecil, Atletik, Bela Diri, Senam, Akuatik, Permainan target, Aktivitas luar kelas, Kebugaran dan Kesehatan di ruang kelas. Setiap kali selesai mengajar, mahasiswa diberi pengarahannya atau koreksi mengenai kesalahan atau kekurangan dan kelebihan yang mendukung mahasiswa dalam mengajar. Arahannya maupun koreksi tersebut berasal dari mahasiswa sebagai penilaian antar teman/ teman sejawat (peer teaching) kemudian evaluasi dari dosen pembimbing.

B. Pelaksanaan PPL

1. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Praktik pengajaran di kelas bertujuan untuk memberikan pengalaman nyata dan langsung kepada mahasiswa sebagai calon pendidik, sehingga mahasiswa dapat menerapkan, mempersiapkan, dan mengembangkan kemampuannya. Praktik mengajar memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat mengaplikasikan/ menerapkan ilmu yang telah dipelajarinya di bangku perkuliahan. Dalam praktik ini diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan pembelajaran minimal 6 kali pertemuan dengan materi yang berbeda di kelas.

Beberapa hal yang berkaitan dengan praktik mengajar antara lain sebagai berikut.

- a. Melakukan persiapan mengajar baik materi maupun perangkat pembelajaran.
- b. Memilih metode yang sesuai dengan materi yang akan diajarkan.
- c. Memberikan evaluasi kepada peserta didik, serta evaluasi terhadap proses pembelajaran yang berlangsung.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

Hal yang harus diperhatikan sebelum mengajar ialah pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Rincian kegiatan belajar mengajar yang tersusun dalam RPP serta dilaksanakan setiap pertemuan meliputi hal-hal sebagai berikut.

a. Pendahuluan

- 1) Memberi salam dan membariskan siswa
- 2) Menghitung jumlah siswa yang hadir
- 3) Berdoa sebelum kegiatan pembelajaran dimulai.
- 4) Menanyakan kehadiran peserta didik.
- 5) Memberikan apersepsi atau materi pengantar.
- 6) Melakukan pemanasan.

b. Kegiatan Inti

- 1) Eksplorasi, menggali potensi siswa sesuai materi yang akan diajarkan.
- 2) Elaborasi, memberikan materi sesuai dengan tujuan pembelajaran yang akan dicapai
- 3) Konfirmasi, meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan apresiasi, dan menyimpulkan. Serta mengambil nilai praktik hasil belajar siswa.

c. Penutup

- 1) Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- 2) Pendinginan
- 3) Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- 4) Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remedi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- 5) Menutup pertemuan dan berdoa

Praktik pembelajaran merupakan kegiatan inti dalam pelaksanaan PPL. Disini mahasiswa diharapkan dapat menjadi sosok guru yang profesional dengan menggunakan seluruh keterampilan yang dimiliki. Dalam pelaksanaan praktik pembelajaran, terdapat berbagai kegiatan yang dilakukan oleh praktikan. Diantaranya adalah :

a. Menyiapkan Materi Pembelajaran

Menyusun RPP dan Materi Ajar sesuai silabus yang sudah disediakan oleh guru pembimbing.

b. Menyiapkan Media Pembelajaran



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

Menyiapkan perlengkapan pembelajaran yang akan dilakukan di lapangan sesuai dengan kondisi sarana dan prasarana yang tersedia oleh sekolah. Menyiapkan gambar rangkaian gerak sebagai media pembelajaran. Menyiapkan materi presentasi dan media video untuk pelaksanaan pembelajaran di kelas

c. Praktik Mengajar di Kelas

Rincian pelaksanaan praktik mengajar selama PPL adalah sebagai berikut

No	Hari, Tanggal	Kelas	Jam Pelajaran (WIB)	Materi Ajar
1	Rabu, 12 Agustus 2015	IX D	07.20 - 09.20	Permainan bola voli
2	Kamis, 13 Agustus 2015	VII B	07.20 – 09.20	Permainan bola basket
3	Rabu, 19 Agustus 2015	IX D	07.20 - 09.20	Permainan bola voli
4	Kamis, 20 Agustus 2015	VII B	07.20 - 09.20	Atletik
5	Sabtu, 22 Agustus 2015	VII C	07.20 - 09.20	Permainan bola basket
6	Senin , 24 Agustus 2015	IX B	08.00 – 10.00	Permainan bola voli
7	Rabu, 26 Agustus 2015	IX D	07.20 - 09.20	Permainan bola voli
8	Kamis, 27 Agustus 2015	VII B	07.20 – 09.20	Senam lantai
9	Jumat, 28 Agustus 2015	IX E	09.15 – 11.15	Permainan bola voli
10	Sabtu, 29 Agustus 2015	VII C	07.20 - 09.20	Senam lantai
11	Senin, 31 Agustus 2015	IX B	08.00 – 10.00	Kebugaran
12	Kamis, 3 September 2015	VII C VIII E	07.20 – 09.20 09.35 – 11.35	Kesehatan Permainan bolavoli
13	Jumat , 4 September 2015	VII E IX E	07.00 - 09.00 09.15 - 11.15	Permainan sepak bola Permainan



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat :Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

				bolaVoli
14	Sabtu, 5 september 2015	VII C	07.20 - 09.20	Kesehatan
15	Senin , 7 September 2015	IX B	08.00 – 10.00	Atletik
16	Selasa, 8 September 2015	VIII E	07.20 - 09.20	Permainan bola voli
17	Rabu, 9 September 2015	IX D	07.20 – 09.20	Atletik
18	Kamis , 10 September 2015	VIII C	07.20 - 09.20	Permainan bola basket

d. Pembuatan Sistem Penilaian

Untuk penilaian ulangan harian diadakan setelah selesainya penyampaian materi yang diajarkan dalam setiap cabang olahraga. Sistem penilaian menggunakan skor maksimal 4 untuk setiap aspek yang diamati, dengan format sesuai dengan guru pembimbing.

e. Pelaksanaan Evaluasi

Evaluasi dilakukan setiap selesai pembelajaran selain evaluasi dari guru, dari teman sejawat juga mengevaluasi (*team teaching*). Jenis evaluasi yang dilakukan berupa praktik lapangan sesuai dengan materi ajar hari itu, untuk kelas IX terdapat pengambilan penilaian Bola Voli dan Kebugaran Jasmani, sedangkan untuk kelas VII terdapat pengambilan nilai Lari, Senam Lantai, dan tes tertulis kesehatan olahraga.

f. Pelaksanaan Koreksi Hasil Kerja Peserta Didik

Dalam pelaksanaan praktik pembelajaran, peserta didik diberikan beberapa tugas dan ulangan yang perlu dikoreksi. Dalam hal ini praktikan memerlukan waktu untuk mengoreksi pekerjaan 32 peserta didik kelas VII B dan VII C.

g. Perekapian Nilai Peserta Didik

Hasil kerja peserta didik yang telah dikoreksi kemudian direkap kedalam daftar nilai peserta didik sesuai dengan format dari guru pembimbing.

h. Pengolahan Nilai Peserta Didik

Nilai harian peserta didik yang telah didapatkan dari beberapa tes praktik dan tes tertulis kemudian dianalisis lebih lanjut untuk mengetahui



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

tingkat keberhasilan pembelajaran dan untuk mengetahui kelemahan peserta didik sehingga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi.

2. Pelaksanaan Praktik Persekolahan

Praktik persekolahan merupakan kegiatan yang wajib dilakukan oleh mahasiswa praktik selain praktik pembelajaran. Praktik persekolahan ini dimaksudkan untuk mengetahui, memahami dan melibatkan mahasiswa secara langsung pada kegiatan sekolah, seperti membantu persiapan pelaksanaan upacara bendera, mengikuti upacara bendera hari Senin, mengikuti upacara hari kemerdekaan RI, mendampingi tugas dari PKS, melaksanakan piket 3S, serta mendampingi kegiatan ekstrakurikuler, meliputi kepramukaan, seni tari, keolahragaan, dan tonti.

Praktik persekolahan dilaksanakan sesuai dengan jam belajar di sekolah yaitu pada pukul 07.00 WIB sampai dengan pukul 13.30 WIB untuk hari senin, selasa, dan kamis, pukul 07.00 WIB sampai dengan 12.50 WIB untuk hari rabu, pukul 07.00 WIB sampai dengan 11.15 WIB di hari jumat, dan dari pukul 07.00 WIB sampai dengan 11.35 WIB di hari Sabtu.

Untuk praktik persekolahan yang diluar jam belajar dilaksanakan pada pukul 15.00 WIB sampai dengan pukul 17.00 WIB untuk ekstrakurikuler keolahragaan (atletik, sepak bola, bola voli) setiap hari senin, selasa, rabu, kamis, dan sabtu. Pukul 13.00 WIB sampai dengan pukul 14.00 WIB untuk ekstrakurikuler seni tari setiap hari rabu. Pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB untuk ekstrakurikuler tonti setiap hari sabtu. Pukul 14.30 WIB sampai dengan pukul 16.00 WIB untuk ekstrakurikuler pramuka setiap hari jumat.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

1. Umpan Balik Guru Pembimbing

Pada pelaksanaan PPL ini tidak lepas dari peranan guru pembimbing dari sekolah, yaitu Bapak Sumaryana selaku guru pembimbing mata pelajaran penjas dalam memberikan arahan, bimbingan serta masukan dalam kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan. Motivasi yang diberikan juga menumbuhkan semangat dalam mengajar di SMP N 2 Tempel

a. Kegiatan Sebelum Praktik Mengajar

Guru pembimbing memberikan arahan dalam menyusun persiapan praktik mengajar. Sebelum pelaksanaan praktik mengajar, praktikan



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

berkonsultasi kepada guru pembimbing mengenai materi apa yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya sehingga praktikan bisa menyusun perangkat pembelajaran. Guru juga memberikan rambu-rambu untuk menguasai kelas yang akan diajar.

b. Kegiatan Praktik Mengajar

Saat praktikan sedang melaksanakan praktik mengajar, guru pembimbing mendampingi praktikan untuk melihat bagaimana cara mengajar sehingga nantinya dapat memberikan evaluasi untuk memperbaiki kekurangan selama melaksanakan praktik mengajar.

c. Kegiatan Sesudah Praktik Mengajar

Sesudah pelaksanaan praktik mengajar, guru pembimbing memberikan gambaran kemajuan mengajar praktikan, memberikan arahan, masukan dan saran, serta evaluasi bagi praktikan, agar nantinya praktikan dapat mengajar dengan lebih baik. Guru juga membimbing praktikan dalam penyusunan / pengolahan nilai siswa dari skor mentah hasil praktik siswa menjadi nilai baku di buku nilai.

2. Analisis Hasil Pembelajaran

Kegiatan PPL lebih memfokuskan pada kemampuan mahasiswa PPL dalam mengajar seperti penyusunan perangkat pembelajaran (RPP, media pembelajaran, metode, dan instrumen penilaian), pelaksanaan praktik mengajar di kelas, mengevaluasi pembelajaran, serta analisis hasil belajar peserta didik.

Hasil praktik mengajar yang telah dilaksanakan dengan penerapan berbagai metode adalah sebagai berikut.

a. Ceramah

Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi yang memerlukan uraian atau penjelasan dan membuat konsep-konsep atau pengertian.

b. Komando

Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi dengan cara memberikan arahan kepada peserta didik untuk melakukan tindakan.

c. Demonstrasi

Metode ini digunakan untuk memberi contoh pada peserta didik untuk melakukan gerakan yang diperintah oleh guru.

d. Resiprokal



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

Metode ini digunakan untuk membantu peserta didik apabila ada materi yang belum di mengerti.

Berdasarkan metode pembelajaran yang telah diterapkan tersebut, maka masih banyak kendala dan hambatan dalam jalannya proses pembelajaran., diantaranya adalah :

a. Faktor Pendukung

Dalam melaksanakan kegiatan PPL, ada beberapa faktor pendukung yang sangat membantu praktikan dalam melaksanakan PPL, antara lain :

- 1) Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama 1 semester pada saat perkuliahan pengajaran mikro. Melakukan evaluasi secara keseluruhan baik cara mengajar, penampilan saat mengajar, perangkat pembelajaran, pemanfaatan sarana dan pra sarana yang ada sehingga praktikan siap saat menjalani PPL. Selama PPL, DPL memberikan masukan dan solusi setiap permasalahan yang terjadi pada saat PPL berlangsung.
- 2) Guru pembimbing yang sangat profesional dalam melaksanakan pembelajaran. Sehingga saat memberikan arahan dan masukan selalu efektif dan efisien. Guru pembimbing juga membantu membimbing dalam pengolahan nilai siswa.
- 3) Peserta didik yang cukup aktif dan antusias dalam kegiatan pembelajaran sehingga menciptakan kondisi yang kondusif dan menyenangkan dalam proses pembelajaran.
- 4) Sarana dan pra sarana yang tersedia di sekolah juga lengkap serta dalam kondisi yang bagus sehingga sangat membantu dalam proses pembelajaran berlangsung.

b. Faktor Penghambat

Dalam pelaksanaan kegiatan PPL, ada beberapa hambatan yang dihadapi praktikan, antara lain:

- a. Ada beberapa peserta didik yang kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran penjas.
- b. Peserta didik sering mengeluh panas saat pelaksanaan pembelajaran di lapangan, terutama kelas yang jadwal pembelajaran penjas saat setelah istirahat.
- c. Ada beberapa siswa terutama kelas reguler yang masih kurang dalam hal gerak, sehingga pada saat praktik masih kaku.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

- d. Peserta didik kelas 1 mayoritas masih sulit diatur, apalagi pada saat pembelajaran di lapangan sepak bola.
- e. Pada saat pelaksanaan pembelajaran kesehatan di kelas, siswa merasa bosan.

c. Solusi

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi berbagai hambatan yang ada adalah sebagai berikut.

- a. Dalam pelaksanaan praktik mengajar siswa harus sering diberi motivasi untuk bergerak.
- b. Dalam pelaksanaan praktik mengajar, praktikan harus bisa mengamati kondisi lingkungan, pada saat panas terik, pembelajaran dilaksanakan di tempat teduh dan siswa dihibau untuk membawa bekal minuman.
- c. Praktikan harus cakap dan bisa memberi contoh yang baik serta memberi petunjuk dan arahan yang jelas, sehingga siswa termotivasi untuk bisa melakukan gerakan yang ditugaskan.
- d. Intonasi suara harus keras, jelas dan tegas, sehingga bisa didengar oleh seluruh peserta didik.
- e. Saat melaksanakan praktik mengajar teori di kelas, praktikan menyiapkan video dan games yang sesuai dengan materi diajarkan sehingga pelaksanaan pembelajaran menjadi tidak membosankan.

3. Refleksi Pelaksanaan PPL

Berdasarkan hasil dari analisis pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) maka mahasiswa PPL banyak mendapatkan pengalaman berharga, baik dalam hal mengajar di kelas dan sosialisasi di luar kelas. Mahasiswa dapat menerapkan, mempersiapkan, dan mengembangkan kemampuannya. Praktik mengajar memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat mengaplikasikan atau menerapkan ilmu yang telah dipelajarinya di bangku perkuliahan.

Praktik mengajar memberikan gambaran langsung mengenai proses pembelajaran yang merupakan aplikasi dari teori yang didapatkan di perkuliahan. Selain itu, cara berinteraksi dengan peserta didik, cara penyampaian materi yang baik, dan pengelolaan kelas juga penting untuk peningkatan kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa pendidikan sebagai calon pendidik. Oleh karena itu, praktik pengalaman lapangan (PPL) ini hendaknya dapat dilaksanakan dengan maksimal.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

Dalam pelaksanaan pembelajaran penjas di lapangan sangat berbeda pada saat di perkuliahan. Jumlah siswa yang banyak serta kondisi lingkungan yang tidak hanya ditempati oleh 1 sekolah menjadi tantangan tersendiri bagi guru penjas. Sarana dan pra sarana menjadi sangat penting dalam pelaksanaan pembelajaran penjas. Pengelolaan kelas dan volume suara serta kecakapan guru dalam melakukan / memberi contoh gerakan sangat berpengaruh untuk lancarnya pembelajaran berlangsung.

Secara umum, hasil yang diperoleh mahasiswa dalam praktik PPL di sekolah ini adalah mahasiswa dapat belajar dan mendapat pengalaman secara langsung mengenai pelaksanaan kegiatan belajar dan pengelolaan kelas.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

BAB III
PENUTUP

A. Kesimpulan

Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) mahasiswa UNY telah dilaksanakan dari tanggal 10 Agustus sampai dengan 12 September 2015 di SMP Negeri 2 Tempel. Berdasarkan pengalaman PPL yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa mengenai kehidupan di sekolah untuk melatih dan mengembangkan potensi kependidikan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengenal serta menghayati seluk beluk sekolah dan segala permasalahan yang terkait dengan proses pengembangannya.
3. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan, dan keterampilan yang telah didapat ke dalam kehidupan nyata di sekolah.
4. Kegiatan ini sebagai sarana persiapan untuk mahasiswa jika kelak terjun ke dalam masyarakat sekolah yang sesungguhnya.
5. PPL melatih mahasiswa bekerja dalam tim dan segala pihak yang bersangkutan dimana mereka memiliki karakteristik yang berbeda.
6. Memberdayakan semua elemen sekolah sehingga potensi masing-masing dapat dikembangkan untuk kemajuan sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil praktik pengalaman lapangan (PPL), maka beberapa hal yang perlu diperhatikan adalah sebagai berikut.

1. Bagi Pihak Mahasiswa Pelaksana PPL
 - a. Komunikasi, koordinasi, kerjasama, toleransi, dan kekompakan baik antar anggota kelompok, dengan pihak sekolah, maupun pihak-pihak yang terkait dalam pelaksanaan PPL sangat diperlukan agar program kerja dapat terlaksana dengan baik.
 - b. Mempersiapkan diri, baik secara batiniah maupun lahiriah agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan harapan semua pihak.
 - c. Mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk pelaksanaan pembelajaran di kelas seperti perangkat pembelajaran dan media pembelajaran, serta metode mengajar yang akan dilaksanakan agar pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan lancar



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat : Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

- d. Hendaklah selalu menjaga nama baik UNY dengan tidak melakukan tindakan-tindakan yang melanggar norma-norma di lokasi PPL dan sekitarnya.
 - e. Mahasiswa hendaknya mampu menempatkan diri dan beradaptasi dengan lingkungan dimana mahasiswa ditempatkan.
 - f. Mahasiswa hendaknya mampu memposisikan diri baik terhadap siswa, terhadap guru, dan terhadap dosen dan mengerti akan tugasnya dengan baik.
 - g. Meskipun sudah selesai melaksanakan kegiatan PPL hendaknya mahasiswa selalu bisa menjalin hubungan silaturahmi dengan pihak sekolah.
2. Bagi Pihak SMP N 2 Tempel
- a. Perlunya perbaikan dan pengoptimalan sarana dan pra sarana olahraga dan kesehatan yang tersedia di sekolah.
 - b. Perlunya perawatan dan penataan kembali, serta kesadaran dari guru dan peserta didik untuk merawat gudang olahraga sekolah.
 - c. Perlunya peningkatan kemampuan siswa dalam hal pencegahan dan perawatan cedera melalui ekstrakurikuler PMR disekolah.
 - d. Perlu peningkatan kedisiplinan bagi peserta didik dalam lingkungan sekolah agar tercipta suasana pembelajaran yang kondusif.
 - e. Perlu peningkatan koordinasi dengan mahasiswa PPL, sehingga program dapat berjalan dengan baik dan lancar.
3. Bagi Pihak Universitas Negeri Yogyakarta
- a. Peningkatan mekanisme pembekalan PPL yang lebih terarah dan lebih terencana dengan matang serta lebih efektif dan efisien agar mahasiswa PPL benar-benar siap untuk diterjunkan ke lapangan.
 - b. Perlu peningkatan koordinasi antara pihak LPPMP, dosen pembimbing lapangan dan guru pembimbing di sekolah tempat lokasi PPL.
 - c. Perlu diadakan pengontrolan dan monitoring ke lokasi PPL tempat mahasiswa diterjunkan dalam rangka meningkatkan kualitas mahasiswa dalam Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
 - d. Koordinasi dan komunikasi dengan mahasiswa perlu ditingkatkan dan penyebaran informasi perlu diperjelas lagi.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat :Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

DAFTAR PUSTAKA

- Tim Pembekalan KKN-PPL, 2015. *Agenda PPL*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tim Pembekalan PPL. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tim Pembekalan PPL. 2015. *Panduan PPL*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tim Pembekalan PPL. 2015. *101 Tips Menjadi Guru Sukses*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 TEMPEL

Alamat :Jalan Balangan-Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274)2880268, email : smpnegeri2tempel@gmail.com

LAMPIRAN



Universitas Negeri Yogyakarta

HASIL OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS
DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

NP. ma1

Untuk Mahasiswa

NAMA MAHASISWA :Muhamad Fadchurrohman PUKUL : 08.00-10.00 WIB
NO. MAHASISWA : 12601241031 TEMPAT PRAKTIK :SMP N 2 Tempel
TGL. OBSERVASI : 25 FEBRUARI 2015 FAK/JUR/PROD :FIK/POR/PJKR

No.	Aspek Yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A.	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)	Sekolah menggunakan KTSP dalam pembelajaran
	2. Silabus	Guru memiliki silabus sebagai panduan pembuatan RPP
	3. Rencana Pembelajaran (RPP)	RPP sudah dibuat sesuai dengan silabus untuk pembelajaran
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka Pelajaran	Dalam membuka pembelajaran guru sudah sangat baik, dan saat memberikan pemanasan juga menyenangkan sehingga siswa tidak malas dan bosan.
	2. Penyajian Materi	Menyajikan materi secara runtut sesuai RPP yang telah dibuat
	3. Metode Pembelajaran	Menggunakan metode pembelajaran penugasan dan resiprokal
	4. Penggunaan Bahasa	Bahasa yang digunakan oleh guru adalah bahasa Indonesia dan bahasa daerah yang komunikatif, baik yang bersifat formal maupun informal, sehingga mudah untuk dipahami siswa.
	5. Penggunaan Waktu	Menggunakan waktu secara efektif dan efisien selama 3 x 40 menit
	6. Gerak	Selama pembelajaran siswa bergerak aktif dan guru dapat menguasai kelas.
	7. Cara Memotivasi Siswa	Guru memotivasi siswa dengan cara memberikan tantangan kepada siswa untuk melakukan lebih baik lagi.
	8. Teknik Bertanya	Teknik bertanya yang digunakan oleh guru adalah dengan menggunakan siswa sebagai peraga.
	9. Teknik Penguasaan Kelas	Guru mengatur siswa dengan aba-aba baris berbaris
	10. Penggunaan Media	Memanfaatkan sarana dan pra sarana yang dimiliki oleh sekolah

	11. BentukDanCaraEvaluasi	Evaluasi dilakukan guru dalam bentuk tanya jawab dengan peserta didik. Menggunakan peserta didik dengan gerakan yang salah dan benar kemudian memberikan contoh gerakan yang benar
	12. MenutupPelajaran	Pelajaranditutupdengankesimpulanpembelajaran yang telahdilaksanakandanmemberitugaspada pesertadidikuntukmemperdalammateri di rumah.
C	PerilakuSiswa	
	1. Perilaku Siswa Di Dalam Kelas	Perilakupesertadidik saatpembelajaranberlangsungcukupbaik. Akan tetapi ada beberapa peserta didik yang tidak memperhatikan apa yang disampaikan oleh guru sehingga tidak bisa melakukan gerakan yang diajarkan dengan baik.
	2. Perilaku Siswa Di Luar Kelas	Pesertadidikmenunjukkansikap yang baikterhadapteman, berpenampilanrapi, menghormati guru, danramahterhadap orang lain. Namunmasihadabeberapapesertadidik yang tidakdisplin, terutamadalamberpenampilandanberperilaku.

Tempel, 25Februari 2015

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL



Sumaryana
NIP. 196309101984121009



MuhamadFadchurrohman
NIM. 12601241031



HASIL OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

NP. ma2

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Balangan, Barongan, Banyurejo
Tempel, Sleman, DIY.

NAMA MHS : MUHAMAD FADCHURROHMAN
NOMOR MHS : 12601241031
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi Fisik Sekolah	Sekolah cukup luas dengan gedung yang berderet.Adapulagedung yang bertingkat. Posisi gedung sudah tertata dengan baik termasuk posisi lapangan upacara, toilet, kantin dan tempat parkir.Memilikigedungserbaguna yang cukupluas.	
2	PotensiSiswa	Baik. Terdapat kelas olahraga yang memungkinkan peserta didik untuk berkontribusi dalam ajang lomba keolahragaan baik tingkat Kabupaten, Provinsi, hingga Nasional.	
3	Potensi Guru	Baik	
4	Potensi Karyawan	Baik	
5	Fasilitas KBM, Media	Semua Kelas telah terpasang LCD sehingga memudahkan guru yang menggunakan <i>power point</i> ketika mengajar. Gudang Olahraga belum tertata dengan baik namun cukup lengkap.	
6	Perpustakaan	Koleksi buku cukup lengkap namun belum tertata dengan baik.	
7	Laboratorium	Terdiri atas laboratorium IPA, bahasa dan komputer yang kondisinya baik	
8	Bimbingan Konseling	Sudah ada	
9	Bimbingan Belajar	-	
10	Ekstrakurikuler (Pramuka, PMI, Basket, Drumband,	Pramuka, Sepak bola, Atletik, Seni Tari, Seni Baca Alquran, dan peleton inti	
11	Organisasidan Fasilitas OSIS	Sudah ada berupa OSIS namun belum memiliki ruangan khusus untuk rapat-	

		rapat, sehingga harus menggunakan perpustakaan.	
12	Organisasidan Fasilitas UKS	Sudah ada tetapi perlengkapan p3k kurang lengkap.	
13	Administrasi	Sudah baik dan tertata rapi.	
14	Karya Tulisilmiahremaja	-	
15	Karyailmiaholeh Guru	-	
16	Koperasisiswa	Ada, dikelola oleh guru dan karyawan	
17	Tempatibadah	Sangatluassehinggadapatmenampungku ranglebih 200 orang. Kondisibaikdanbersih.	
18	Kesehatanlingkungan	Kebersihan dijaga dengan baik oleh seluruh warga sekolah	

Tempel, 21 Februari 2015

Mengetahui,
Koordinator PPLSMP N 2 Tempel

Mahasiswa PPL



MuhamadFadchurrohman
NIM. 12601241031

Dwi Marjana Saputra, S. Pd
NIP. 196002201981031006



HASIL OBSERVASI KEADAAN
LEMBAGA

NP. ma4

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA :Muhamad Fadchurrohman PUKUL : 08.00-10.00 WIB
NO. MAHASISWA : 12601241031 TEMPAT PRAKTIK : SMP N 2 Tempel
TGL. OBSERVASI :21 Februari 2015 FAK/JUR/PROD : FIK/POR/PJKR

No	Aspek Yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Observasi Fisik :		
	A. Keadaan Lokasi	Sekolah berada di pinggir jalan pedesaan sehingga tidak teralubisingsaat pembelajaran berlangsung.	
	B. Keadaan Gedung	Baik namun masih ada beberapa ruang dalam tahap pembangunan. Aula sebagai tempat pertemuan dan pembelajaran penjas dalam kondisi baik.	
	C. Keadaan Sarana Dan Prasarana	Cukup baik, namun papan ring basket perlu diperbaiki dan gudang peralatan olahraga perlu ditata dengan baik.	
	D. Keadaan Personalia	Baik.	
	E. Keadaan Fisik Lain (Penunjang)	Baik.	
	F. Penataan Ruang Kerja	Baik.	
	G. Aspek Lain		
2.	Observasi Tata Kerja :		
	A. Struktur Organisasi Tata Kerja	Baik karena ranah kerjanya jelas.	
	B. Program Kerja Lembaga	Baik sesuai visi misi sekolah	
	C. Pelaksanaan Kerja	Baik.	
	D. Iklim Kerja Antar Personalia	Baik.	

E. Evaluasi Program Kerja	Baik.	
F. Hasil Yang Dicapai	-	
G. Program Pengembangan	-	
H. Aspek Lain		

Tempel, 21 Februari 2015

Mengetahui,
Koordinator PPL SMP N 2 Tempel

Mahasiswa PPL



DwiMarjanaSaputra, S. Pd
NIP. 196002201981031006



MuhamadFadchurrohman
NIM. 12601241031



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL/ MAGANG III UNY TAHUN 2015

F01

Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL
 ALAMAT SEKOLAH : JL. BALANGAN, BARONGAN, BANYUREJO, TEMPEL
 GURU PEMBIMBING : SUMARYANA, S.Pd.
 WAKTU PELAKSANAAN PPL : 10 AGUSTUS – 12 SEPTEMBER 2015

NAMA MAHASISWA : MUHAMAD FADCHURROHMAN
 NIM : 12601241031
 FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR
 DOSEN PEMBIMBING : Fathan Nurcahyo, M.Or.

NO	KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU KE-					JUMLAH JAM
		BULAN AGUSTUS			BULAN SEPTEMBER		
		II	III	IV	I	II	
1.	Penerjunan Mahasiswa PPL						
2.	Pembuatan Program PPL						
	a. Observasi	2					2
	b. Menyusun Matrik Program PPL	6,5					6,5
3.	Administrasi Pembelajaran						
	a. Rekap nilai dan presensi	1	1	2		3	7
	b.						
4.	Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)						
	a. Persiapan						
	1. Konsultasi	1,5	1,5		1,25		4,25
	2. Mengumpulkan materi	2,25	1	1	1,4		5.65
	3. Membuat RPP	5	3	2	1,5		11,5
	4. Menyiapkan/ membuat media pembelajaran	2		2	1		5
	5. Menyusun materi pembelajaran	4	1	1	1		7
	b. Mengajar Terbimbing						
	1. Praktik mengajar di kelas	4	6	8	8	8	34
	2. Penilaian, evaluasi, dan tindak lanjut	6	9	9	2		26
5.	Pembelajaran Ekstrakurikuler (Kegiatan Non-mengajar)						
	a. Seni Tari	1,5		1			2,5

NO	KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU KE-					JUMLAH JAM
		BULAN AGUSTUS			BULAN SEPTEMBER		
		II	III	IV	I	II	
•	b. Keolahragaan	7,5	4	2		2	15,5
	c. Tonti		1				1
6.	Kegiatan Sekolah						
	a. Upacara bendera hari Senin						
	1. Latihan		2	2,25	1	3	8,25
	2. Pelaksanaan upacara bendera	0,75		0,75	0,75		2,25
•	b. Pelaksanaan Hari Kemerdekaan RI						
	1. Persiapan	9,25	0,5				9.75
	2. Upacara bendera 17 Agustus		1				1
	c. Pembuatan Buku kemajuan tadarus	6					6
	d. Kegiatan keagamaan	1,6	1,3	1,6	1	1	6.5
7.	Kegiatan Insidental						
	a. Melayat		3,5				3,5
	b. Pendampingan kunjungan KKO					5,5	5,5
8.	Pembuatan Laporan PPL						
	a. Persiapan				3	2	5
	b. Pelaksanaan				5	27	27
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						
9.	Penarikan Mahasiswa PPL					1	1
JUMLAH JAM		60,05	35,8	32,6	26,9	52	207,35

Mengetahui/ Menyetujui,

Kepala Sekolah SMP N 2 Tempel

(H. Sudarto, S. Pd.)
NIP. 19570806 198303 1 020

Dosen Pembimbing Lapangan

(Fathan Nurcahyo M.Or)
NIP. 19820711 200812 1 003

Mahasiswa PPL

(Muhamad fadchurrohman)
NIM. 12601241031



KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA

PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY

TAHUN

F04

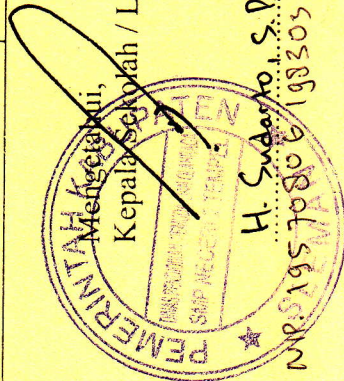
UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMP Negeri 2 Tempel
Alamat Sekolah/ Lembaga : Jl. Balangan Barongan, Banyuwangi, Telp. Sleman... Fax/ Telp. Sekolah/ Lembaga :
Nama DPL PPL/ Magang III : Fathah Nurcahyo, M. Os.
Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : PJKP / FIK
Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III :

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1	15 - 08 - 2015		Pembagian materi ajar dan penjurusan PPL		
2	22 - 08 - 2015		Evaluasi KBM minggu I		
3	29 - 08 - 2015		Konsultasi pengisian matriks dan program PPL		
4	12 - 09 - 2015		Diskusi matriks PPL, Penjurusan Laporan dan Evaluasi PPL		

PERHATIAN :

- Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL/ Magang III (1 kartu untuk 1 prodi).
- Kartu bimbingan PPL/ Magang III ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL/ Magang III setiap kali bimbingan di lokasi.
- Kartu bimbingan PPL/ Magang III ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL/ Magang III untuk keperluan administrasi.



Sleman, 10 Agustus 2015
Mhs PPL/ Magang III Prodi PJKP

Muhammad Fadhurrohman
(12601291031)

KALENDER PENDIDIKAN SMP NEGERI 2 TEMPEL
TAHUN PELAJARAN 2015/2016
SEMESTER KE 1

Juli 2015					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	5	12	19	26	11 - 13 Juni 2015	PPDB KKO	6-7 Juli 2015	Pendaftaran Ulang PPDB KKO
Senin	6	13	20	27	14 - 15 Juni 2015	Seleksi PPDB KKO	27 Juli 2015	Permulaan Thn Pel 2015/2016
Selasa	7	14	21	28	1 - 25 Juli 2015	Libur Sem II Th.Pel 2014/2015	27-29 Juli 2015	MOS
Rabu	1	8	15	22		dan Libur seputar Idul Fitri 1346 H	6-8 Juli 2015	PPDB Kelas Reguler
Kamis	2	9	16	23	2 Juli 2015	Workshop Penyusunan Perangkat KBM Sm I	9 Juli 2015	Pengumuman PPDB Kelas Reguler
Jumat	3	10	17	24	6 - 7 Juli 2015	Pesantren Kilat	10-11 Juli 2015	Pendaftaran Ulang PPDB Kelas Reguler
Sabtu	4	11	18	25	6 Juli 2015	Pengumuman PPDB KKO	Juli 2015	Jumlah hari sekolah = 5 hari
Agustus 2015					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	2	9	16	23	10 Agust 2015	Awal Kegiatan Ektrakurikuler		
Senin	3	10	17	24	17 Agust 2015	Upacara HUT Kemerdekaan R.I.		
Selasa	4	11	18	25	24-31 Agst 2015	Supervisi Kunjungan Kelas		
Rabu	5	12	19	26				
Kamis	6	13	20	27				
Jumat	7	14	21	28				
Sabtu	1	8	15	22			Agustus 2015	Jumlah hari sekolah = 25 hari
September 2015					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	6	13	20	27	1-5 Sept 2015	Supervisi Kunjungan Kelas		
Senin	7	14	21	28	7 Sept 2015	Permulaan Les Kelas VII, VIII, IX		
Selasa	1	8	15	22	7-8 Sept 2015	TPM ke-1		
Rabu	2	9	16	23	24 Sept 2015	Idhul Adha 1436 H		
Kamis	3	10	17	24	26 Sept 2015	Pelaksanaan Latihan Qurban		
Jumat	4	11	18	25	19Sept 2015	Akhir Pengumpulan Kisi-kisi + Soal UAS		
Sabtu	5	12	19	26	28-30Sept 2015	Ulangan Tengah Semester	Sept 2015	Jumlah hari sekolah = 25 hari
Oktober 2015					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	4	11	18	25	1-3 Okt 2015	Ulangan Tengah Semester		
Senin	5	12	19	26	12-13 Okt 2015	Latihan UN Ke-1 (Sekolah)		
Selasa	6	13	20	27	14 Okt 2015	Libur Tahun baru Hijriah (1437 H)		
Rabu	7	14	21	28	15-17 Okt 2015	Rapat MPK (Pemilihan Pengurus OSIS)		
Kamis	1	8	15	22	24 - 25 Okt 2015	LDK Pengurus OSIS		
Jumat	2	9	16	23	26-31 Okt 2015	Supervisi Kunjungan Kelas + PKG		
Sabtu	3	10	17	24	28 Okt 2015	Pelantikan Pengurus OSIS	Okt 2015	Jumlah hari sekolah = 26 hari
November 2015					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	1	8	15	22	4-5 Okt 2015	Latihan UN Ke-2 (Kemitraan Tempel-Seyegan)		
Senin	2	9	16	23	21 Nov 2015	Akhir Pengumpulan Kisi-kisi + Soal UAS		
Selasa	3	10	17	24	25 Nov 2015	Libur Khusus Hari Guru Nasional		
Rabu	4	11	18	25	30 Nov 2015	Ulangan Akhir Semester		
Kamis	5	12	19	26				
Jumat	6	13	20	27				
Sabtu	7	14	21	28			Nov 2015	Jumlah hari sekolah = 24 hari
Desember 2015					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN
Minggu	6	13	20	27	1-5 Des 2015	Ulangan Akhir Semester	21 Des 2015-2 Jan 2016	Libur Semester I
Senin	7	14	21	28	7-12 Des 2015	Ulangan Perbaikan	21 Des 2015-2 Jan 2016	Libur Semester I
Selasa	1	8	15	22	14-15 Des 2015	Latihan UN Ke-3 (MKKS Kabupaten)	24 Des 2015	Libur Hari Raya Natal
Rabu	2	9	16	23	14-15 Des 2015	Porsenitas	25 Des 2015	Workshop Penyusunan Perangkat KBM
Kamis	3	10	17	24	16-17 Des 2015	Latihan UN Ke-4 (Kemitraan Tempel-Seyegan)	21-22 Des 2015	Semester II
Jumat	4	11	18	25	15-18 Des 2015	Porsenitas		
Sabtu	5	12	19	26	19 Des 2015	Penerimaan Rapor	Des 2015	Jumlah hari sekolah = 16 hari Tempel, 27 Juli 2015

Jum Jumlah Hari Sekolah Semester 1 Tahun Pelajaran 2015/2016 = 121 hari.

Jum Jumlah Hari Sekolah Tahun Pelajaran 2015/2016 = 265 hari.

Jumlah Hari Sekolah Kelas VII, VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 = 265 hari.

Jumlah Hari Sekolah Kelas IX Tahun Pelajaran 2015/2016 = 253 hari.



H. Sudarto, S.Pd.

NIP 19570806 198303 1 020

DAFTAR URUT KEPANGKATAN : TENAGA PENDIDIK
UNIT KERJA : SMP NEGERI 2 TEMPEL
KEADAAN : 31 MARET 2015

No.	NAMA	L/P	NIP	PANGKAT / JABATAN				MASA KERJA				PENDIDIKAN			TEMPAT,TGL DAN		NO.SERI	ALAMAT	
Urt.				GOL	TMT	JENIS	TMT	SLRHNYA		GOL.		NAMA	TAHUN	IJASAH/JURUSAN	TAHUN KELAHIRAN	AGAMA			KARPEG
								TH	BL	TH	BL								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
1	H.SUDARTO,S.Pd	L	19570806 198303 1 020	IV a	01 /04/2001	Kep Sek	01/03/1983	32	1	30	0	IKIP YK	1998	S1/Psi Pendk & Bimb/BK	Slaman,06/08/1957	Islam	C. 0654628	Pulowatu,Purwobinangun,Pakem ,Slaman	
2	DWI MARJANA SAPUTRA,SPd	L	19600220 198103 1 006	IV a	10/01/2003	Guru	01/03/1981	34	1	29	0	UST	1999	S1/Pend mtrmk &IPA	Slaman,20/02/1960	Katolik	C. 0277070	Jeringkulon,Sidorejo,Godean,Slaman	
3	SULBIYAH,S.Pd	P	19620601 198111 2 002	IV a	10/01/2003	Guru	01/11/1981	33	5	1	4	UST	1999	S1/Pend mtrmk &IPA	Slaman,01/06/1962	Islam	C. 0308129	Bulan,Banyurejo,Tempel,Slaman	
4	SUBIARTO, A.Md.Pd	L	19551225 197803 1 002	IV a	04/01/2005	Guru	01/03/1978	37	1	32	0	UT	1998	DIII/Pend Matematika	Slaman,25/12/1955	Islam	B. 663415	Kendangan,Caturharjo,Slaman	
5	SUPRIYANI,S.Pd	P	19581205 197903 2 003	IV a	10/01/2005	Guru	01/03/1979	36	1	31	0	UT	2004	S1/Pend Eknm&Koprs	Yogyakarta,05/12/1958	Islam	C. 0158061	Plambonga,Banyurejo,Tempel,Slaman	
6	ENDANG PURWANTI, S.Pd	P	19610510 198111 2 003	IV a	10/01/2005	Guru	01/11/1981	33	5	28	4	UPY	2000	S1/PPKn	Jepara,10/05/1961	Islam	C. 0299350	Kemusuh,Banyurejo,Tempel, Slaman	
7	SUMARYANA	L	19630910 198412 1 009	IV a	10/01/2005	Guru	01/12/1984	33	4	28	3	IKIP YK	1984	D2/Pend Or dan Kesehatan	Bantul,10/09/1963	Islam	D.194065	Danen,Sumberadi,Mlati,Slaman	
8	HARI PURNOMO,S.Pd	L	19591212 198103 1 031	IV a	04/01/2007	Guru	01/03/1981	34	1	29	0	IKIP PGRI	1996	S1/Pend Sejarah	Kebumen,12/12/1959	Islam	C. 0275152	Planggok,Margokaton,Seyegan, Slaman	
9	SYAMSIATUN.S.Pd	P	19670301 199103 2 008	IV a	04/01/2007	Guru	01/03/1991	27	1	22	0	UT	1998	S1/Pend Biologi	Slaman,01/03/1967	Islam	F. 099641	Ponowaren,Nogotirto,Gamping,Slaman	
10	SUMIASIH	P	19650903 198703 2 004	IV a	10/01/2009	Guru	01/03/1987	28	1	26	0	IKIP Yk	1986	DII IKIP Yk/Pen Bhs&Seni	Magelang,03/09/1965	Islam	E.684491	Candi,Pakunden,Ngluwar,Magelang	
11	SUPRANTI,S.Pd	P	19581004 198103 2 004	IV a	10/01/2009	Guru	01/03/1981	34	1	29	0	U S T	2003	S1/Pend Bhs & Seni	Slaman,04/10/1958	Islam	C. 0883820	Bedingin,Sumberadi,Mlati,Slaman	
12	PARTIYAH, S.Pd	P	19560607 198411 2 001	IV a	10/01/2009	Guru	01/11/1984	30	5	25	4	U T	2005	S1/Pend Eknm&Koprs	Kulonprogo,07/06/1956	Islam	E. 070761	Salam.Banjarharjo,Kalibawang,Kulprog	
13	WINARTI, A.Md	P	19680206 199303 2 003	IV a	10/01/2009	Guru	03/01/1993	25	1	20	0	IKIP Yk	1991	DIII/Pend Fisika	Slaman , 06/02/1968	Islam	F. 113715	Sikepan,Sendangrejo,Minggir,slaman	
14	TRI SUSTIYANI	P	19660201 198703 2 005	IV a	04/01/2010	Guru	01/03/1987	31	1	26	0	IKIPN YK	1986	DII/Pend Bhs&Seni	Slaman,01/02/1966	Islam	E. 481531	Kadipiro,Margodadi,Seyegan,Slaman	
15	SARINDI, S.Pd	L	19550609 198003 1 002	IV a	04/01/2010	Guru	01/03/1980	35	1	30	0	UNY	2001	S1/Pend Sejarah	Slaman,09/06/1955	Islam	E. 107212	Batanggede,Tambakrejo,Tol	
16	SURATMI	L	19590711 198112 1 001	IV a	01/04/2010.	Guru	01/12/1981	33	4	28	3	UNS Solo	1981	D1/Kesenian/ Karawitan	Solo, 11/07/1959	Islam	C. 0913452	Prawit,Nusukan,Solo	
17	SITI KOMARIYAH, S.Pd	P	19591009 198203 2 013	IV a	01/10/2011	Guru	01/03/1982	33	1	26	0	UNY	2001	S1/Pend biologi	Klaten, 09/10/1959	Islam	C.0311375	Susukan, RT 06/63 Margokaton, syg	
18	S U K R I	L	19590109 198403 1 005	IV a	04/01/2013	Guru	01/03/1984	31	1	26	0	IKIP N Yk	1980	D1/Olahraga &Keshtrn	Slaman, 09/01/1959	Islam	C.081099	Kokap,Sidomulyo,Trimulyo,Slm	
19	ADIK SUWANTI, S.Pd	P	19670313 198903 2 010	III d	04/01/2012	Guru	01/03/1989	29	1	22	0	IKIP PGRI Wts	2002	S1/Psi Pend & Bimb	Slaman, 13/03/1967	Islam	E.831692	Klangkapan II, Mergoluwih,Syg	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
20	ELYANA CHARISTIAN SUHARTO, S.Pd	P	19820520 200604 2 020	III c	10/01/2013	Guru	01/04/2006	9	0	8	11	UAD	2004	S1/Pend Bhs.Ingggris	Slaman, 20/05/1982	Islam	N.258712	Pendekan, Margodadi, Syg
21	Dra. ENI FARIDAH MULYANI	P	19651021 200801 2 003	III c	01/10/2014	Guru	01/01/2008	11	1	11	0	IKIP Muh	1990	S1/Psi Pend & Bimb	Slaman, 21/10/1965	Islam	P.165018	Setran, Sumberarum, Moyudan
22	Dra. SRI SETYOWATI	P	19650810 200701 2 015	III c	01/10/2014	Guru	01/01/2007	10	10	11	9	IKIP Muh	1981	S1/Pend Bhs & Sas Indns	Slaman, 10/08/1965	Islam	P.314726	Ngaglik, Caturharjo, Slaman,
23	KENNY LINDIAWATI, S.Pd	P	19710127 200604 2 009	III b	04/01/2013	Guru	01/04/2006	11	10	6	9	IKIP Muh	1994	S1/Pend Bhs.Ingggris	Slaman, 27/01/1971	Islam	N.106325	Nasri III, Sumbarsari, Moyudan
24	ISTIKOMAH, S.Pd	P	19800428 201406 2 001	III a	01/06/2014	Guru	01/06/2014	10	9	10	8	UAD	2006	S1/Pend Bhs Ingggris	Slaman, 28/04/1980	Islam	-	Jumeneng Ior, Sumberadi, Mlati
25	SRI WUSANANINGSIH, S.Pd	P	19680615 201406 2 001	III a	01/06/2014	Guru	01/06/2014	20	5	20	4	IKIP N Yk	1993	S1/Pend Seni Tari	Slaman, 1/06/1968	Islam	-	Newotan RT 10, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul
26	SUFI HAYATI, S.Pd	P	19810721 201406 2 001	III a	01/06/2014	Guru	01/06/2014	11	3	11	2	U N Y	2003	S1/Pend Bhs & Sas Inds	Slaman, 21/07/1981	Islam	-	Kurahan III, Margodadi, Seyegan, Slaman.
27	MUJIARTI, S.Pd.I	P	19590313 198303 2 003	IV a	01/10/2006	Guru	01/03/1983	32	1	26	0	UIN	2009	S1/P A I	Slaman, 13/03/1959	Islam	C.0334563	Duwet III, Banjarharjo, Kalibawang, Kulonprogo
28	TRI YULIATI, S.si	P	-	-	-	Guru	01/07/2008	9	3	-	-	UNSUD	2004	SI/Sains	Slaman, 13/07/1979	Islam	GTT	Gebakan, RT 01 Tamantirto, Kasihan, Bantul
29	FITRI ASIH, S.si	P	-	-	-	Guru	01/01/2008	6	10	-	-	UNY	2008	SI/Sains	Slaman, 13/07/1980	Islam	GTT	Jetak, Selomartani, Kalasan, Slaman.
30	SIGIT AYANTO, S.Ag	L	-	-	-	Guru	01/07/2014	0	10	-	-	UIN Yogya	2000	S1/ P A I	Slaman, 11/05/1974	Islam	GTT	Gentan, Sinduarjo RT.03/12, Ngaglik, Slaman.
31	DENIS HENDRO SANTOSO, S.Pd	L	-	-	-	Guru	01/07/2015	0	3	-	-	UNY	2013	S1/ Pend Kewarganegaraan	Bantul, 03/12/1986	Islam	GTT	Semampir RT 07, Argorejo, Sedayu, Bantul

Guru Tetap Dinas Dikpora	L	: 08	Guru Depag : L	-	L = -
Guru Tetap Dinas Dikpora	P	: 18			P = 1
Jumlah		26	Jumlah		= 1

GOLONGAN IV A LAKI-LAKI	:	8	GOLONGAN III LAKI-LAKI	:	
PEREMPUAN:	11		PEREMPUAN:	8	
JUMLAH	:	19	JUMLAH:	8	

GTT	: L = 2
	: P = 2
Jumlah	= 4

Jumlah Semua Guru :	L = 10
	P = 21
Jumlah Total	L/P 31

Tempat, 31 Maret 2015
Kepala Sekolah,

H. Sugarto, S.Pd
NIP. 19570806 198303 1 020

DAFTAR URUT KEPANGKATA : TENAGA KEPENDIDIKAN
UNIT KERJA : SMP NEGERI 2 TEMPEL
KEADAAN : 31 MARET 2015

No. Ur.	NAMA	L/P	NIP	PANGKAT JABATAN				MASA KERJA				PENDIDIKAN			TEMPAT,TGL DAN TAHUN KELAHIRAN	AGAMA	No. SERI KARPEG	ALAMAT
				GOL	TMT	JENIS	TMT	SLRHNYA		GOL.		NAMA	TH.LULUS	IJASAH				
								TH	BL	TH	BL							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	SUPRIYATI	P	19581215 198103 2 009	III d	1-Oct-2010	Ka. TU	1-Mar-1981	34	1	29	1	UPY	2002	S1	Yogyakarta, 15-12-1958	Islam	C.0272845	Ngaran,Sendangrejo,Minggir,SIm
2	MARYANTI	P	19620314 198703 2 005	III b	1-Apr-2007	TU	1-Mar-1987	28	1	23	1	SMA	1982	SMA	Sleman,14-03-1962	Islam	E.211304	Kruwet,Sumberagung,Moyudan,SIm
3	YAMTINAH	P	19590812 198103 2 005	III b	1-Apr-2012	TU	1-Mar-1981	38	1	26	1	SMU Uper	1995	SMU	Sleman,12-06-1959	Islam	C.0285035	Jingin,Margomulyo,Seyegan,SIm
4	SURASNA	L	19600514 199303 1 004	III a	1-Oct-2012	TU	1-Mar-1993	25	1	23	1	SMU Uper	1996	SMU	Sleman,14-05-1980	Islam	G.051588	Kajoran,Banyurejo,Tempel,SIm
5	HENDI PRAWOTO	L	19591222 198103 1 012	III a	1-Apr-2013	TU	1-Mar-1981	34	1	23	1	SMU Uper	2000	SMU Uper	Sleman,22-12-1959	Islam	C.0285034	Dadapan,Sidoluhur,Godean,SIm
6	SAMIYA	L	19590306 198111 1 001	II d	1-Apr-2012	TU	1-Nov-1981	33	5	27	5	SMU Uper	2000	SMU Uper	Sleman,06-03-1959	Islam	C.0299355	Terwilen,Margodadi,Seyegan,SIm
7	RAMELAN	L	19590202 198003 1 006	II c	1-Apr-2005	TU	1-Mar-1980	35	0	29	1	SLTP Uper	1999	SLTP Uper	Sleman,02-02-1959	Islam	C.0261529	Tangisan,Banyurejo,Tempel,SIm
8	PRIYOGA LASANA	L	-	-	1-Agust-2006	TU	1-Aug-2006	8	8	0	0	SMT Pertrn	1992	SMT Pertrn	Sleman,17-7-1972	Islam	PTT	Plambongan,Banyurejo,Tempel,SIm
9	ANGGA NUR AYA SINTA	L	-	-	1-Juli 2008	TU	1-Juli 2008	6	9	0	0	SMK /Mesin	2003	SMK	Batang, 3 Juli-1985	Islam	PTT	Jambean,Banyurejo,Tempel,SIm
10	SUDARYONO	L	-	-	1-Juli 2008	TU	1-Juli 2008	6	9	0	0	SMU/IPS	1999	SMU	Sleman, 27-Mei-1981	Islam	PTT	Tangisan,Banyurejo,Tempel,SIm
11	TUMIYATI	P	-	-	1-Juli 2008	TU	1-Juli 2008	6	9	0	0	SMK/Aknts	2005	SMK	Sleman, 7-Nov-1986	Islam	PTT	Terwilen,Margodadi,Seyegan,SIm

KETERANGAN : PNS

KETERANGAN : PTT

LAKI-LAKI PNS	4	LAKI-LAKI PTT	3
PEREMPUAN PNS	3	PEREMPUAN PTT	1

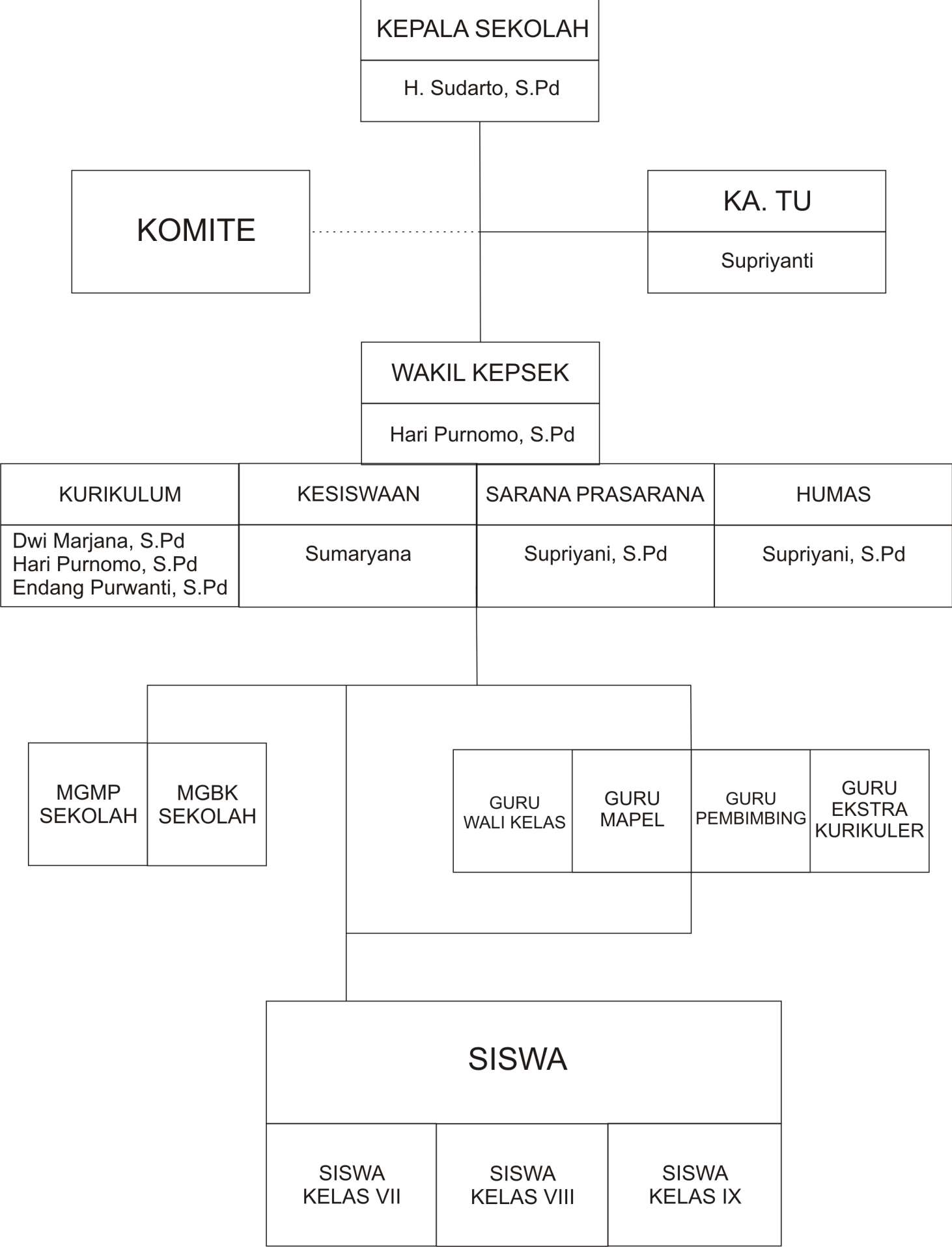
JUMLAH PNS+PTT (7 + 4) = 11

Tempel, 31 Maret 2015

Kepala Sekolah,

H. Sudarto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 020



PROGRAM TAHUNAN
ALOKASI WAKTU SEMESTER SMP N 2 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : IX (sembilan)
Tahun pelajaran : 2015/2016

1. Jumlah Minggu Dalam Satu Tahun

NO	NAMA BULAN	BANYAKNYA MINGGU
1	JULI	4
2	AGUSTUS	4
3	SEPTMBER	5
4	OKTOBER	4
5	NOVEMBER	4
6	DESEMBER	5
7	JANUARI	4
8	FEBRUARI	4
9	MARET	5
10	APRIL	4
11	MEI	4
12	JUNI	5
	JUMLAH	57

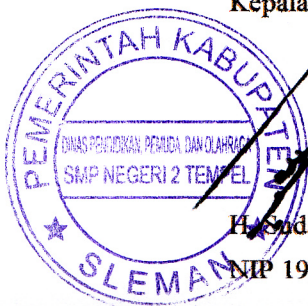
2. Jumlah Minggu Tidak Efektif

NO	NAMA BULAN	BANYAKNYA MINGGU
1	JULI	4
2	AGUSTUS	-
3	SEPTMBER	1
4	OKTOBER	-
5	NOVEMBER	-
6	DESEMBER	5
7	JANUARI	-
8	FEBRUARI	-
9	MARET	1
10	APRIL	1
11	MEI	4
12	JUNI	5
	Jumlah	21

3. Minggu Efektif : 57 - 21 = 36

Mengetahui
Kepala Sekolah

Sleman, Juli 2015
Guru Mata Pelajaran



H. Sudarto, S.Pd
NIP 19570806 198303 1 020

Sumaryana
NIP 19630910 198412 1 009

PROGRAM TAHUNAN
ALOKASI WAKTU SEMESTER SMP N 2 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : IX (sembilan)
Tahun pelajaran : 2015 / 2016

B DISTRIBUSI ALOKASI WAKTU

NO	MATERI PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
1	Permainan Bola Besar :	
	a. Permainan Sepak Bola	9
	b. Permainan Bola Voli	9
	c. Permainan Bola Basket	6
2	Atletik :	
	Lari jarak jauh	3
	Lempar lembing awalan menyilang	6
3	Kebugara Jasmani	3
4	Senam Lantai	6
5	Pendidikan di luar kelas	
6	Kesehatan	
	a. Menerapkan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari hari	3
	b. Melakukan cara menghindari bahaya kebakaran	3
7	Permainan dan Olahraga	
	a. Sepak bola	6
	b. Bola voli	9
	c. Bola basket	9
8	Atletik	
	a. Lompat jauh gaya jalan di udara	3
	b. Lompat tinggi gaya stradle	6
9	Aktifitas kebugaran	3
10	Senam Lantai	3
11	Kesehatan	
	a. Mempratikkan identifikasi bahaya bencana alam	1
	b. Mempratikkan bagaimana cara menghadapi bencana alam	2

Mengetahui
Kepala Sekolah



H. Sudarto, S.Pd

NIP 19570806 198303 1 020

Sleman, Juli 2015
Guru Mata Pelajaran

Sumaryana

NIP 19630910 198412 1 009

PROGRAM TAHUNAN
ALOKASI WAKTU SEMESTER SMP N 2 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : VII (Tujuh)
Tahun pelajaran : 2015/2016

1. Jumlah Minggu Dalam Satu Tahun

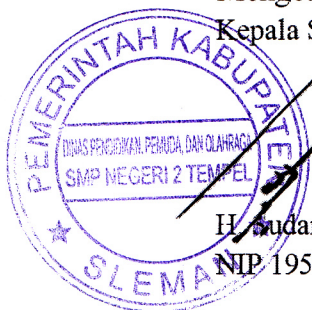
NO	NAMA BULAN	BANYAKNYA MINGGU
1	JULI	4
2	AGUSTUS	4
3	SEPTMBER	5
4	OKTOBER	4
5	NOVEMBER	4
6	DESEMBER	5
7	JANUARI	4
8	FEBRUARI	4
9	MARET	5
10	APRIL	4
11	MEI	4
12	JUNI	5
	JUMLAH	57

2 Jumlah Minggu Tidak Efektif

NO	NAMA BULAN	BANYAKNYA MINGGU
1	JULI	4
2	AGUSTUS	-
3	SEPTMBER	1
4	OKTOBER	-
5	NOVEMBER	-
6	DESEMBER	5
7	JANUARI	-
8	FEBRUARI	-
9	MARET	1
10	APRIL	1
11	MEI	2
12	JUNI	3
	Jummlah	17

3 Minggu Efektif : $57 - 17 = 40$

Mengetahui
Kepala Sekolah



H. Sudarto, S.Pd
NIP 19570806 198303 1 020

Sleman, Juli 2015
Guru Mata Pelajaran

Sumaryana
NIP 19630910 198412 1 009

PROGRAM TAHUNAN
ALOKASI WAKTU SEMESTER SMP N 2 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : VII (Tujuh)
Tahun pelajaran : 2015 / 2016

B DISTRIBUSI ALOKASI WAKTU

NO	MATERI PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
1	Permainan Bola Besar :	
	a. Permainan Sepak Bola	9
	b. Permainan Bola Voli	9
	c. Permainan Bola Basket	6
2	Atletik :	
	a. Lari jarak pendek	3
	b. Lompat jauh gaya jongkok	3
	c. Tolak peluru	3
3	Kebugaran Jasmani	3
4	Senam Lantai	6
5	Pendidikan di luar kelas	
6	Kesehatan	
	a. Memahami pola makan sehat	3
	b. Memahami perlunya keseimbangan gizi	3
7	Permainan dan Olahraga	
	a. Sepak bola	9
	b. Bola voli	9
	c. Bola basket	9
8	Atletik	
	a. Lompat jauh gaya melenting	6
	b. Tolak peluru gaya belakang	3
	c. Lari jarak pendek	3
9	Aktivitas Kebugaran	3
10	Senam Lantai	3
11	Kesehatan	
	a. Memahami berbagai penyakit menular seksual (PMS)	3
	b. Menerapkan cara menghindari penularan penyakit menular seksual	3

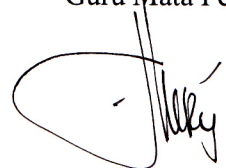
99

Mengetahui
Kepala Sekolah



H. Sudarto, S.Pd
NIP 19570806 198303 1 020

Sleman, Juli 2015
Guru Mata Pelajaran



Sumaryana
NIP 19630910 198412 1 009

PROGRAM SEMESTER DAN PENJABARAN ALOKASI WAKTU PENNDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Sekolah : SMP Negeri 2 Tempel

Kelas/ Sem : VII/1
Th : 2015/2016

NO	MATERI	Alokasi Waktu	Juli				Agustus				September				Oktober				November				Desember				Keterangan
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	Permainan Bola Besar :																										
	a. Permainan Sepak Bola	9					3	3	3																		
	b. Permainan Bola Voli	9								3	3	3															
	c. Permainan Bola Basket	6											3	3													
2	Atletik :																										
	a. Lari jarak pendek	3													3												
	b. Lompat jauh gaya joingkok	3														3											
	c. Tolak peluru	3															3										
3	Kebugara Jasmani	3																3									
4	Senam Lantai	6																	3	3							
5	Pendidikan di luar kelas																										
6	Kesehatan																										
	a. Memahami pola makan sehat	3																		3							
	b. Memahami perlunya keseimbangan gizi	3																				3					

Mengetahui
Kepala Sekolah

Tempel, Juli 2015
Guru Mata Pelajaran

H. Sudarto, S.Pd

Sumaryana

NIP 19570806 198303 1 020

NIP 19630910 198412 1 009



PROGRAM SEMESTER DAN PENJABARAN ALOKASI WAKTU PENNDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Sekolah : SMP Negeri 2 Tempel

Kelas/ Sem : IX (sembilan)/1 (satu)
 Th : 2015/2016

NO	MATERI	Alokasi Waktu	Juli				Agustus				September				Oktober				November				Desember				Keterangan
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	Permainan Bola Besar :																										MENJELANG PEMBAGIAN RAPOR
	a. Permainan Sepak Bola	9					3	3	3																		
	b. Permainan Bola Voli	9								3	3	3															
	c. Permainan Bola Basket	9										3	3														
2	Atletik :																										
	Lari jarak jauh	3												3													
	Lempar lembing awalan menyilang	6													3	3											
3	Kebugara Jasmani	3															3										
4	Senam Lantai	6																3	3								
5	Pendidikan di luar kelas																										
6	Kesehatan																										
	a. Menerapkan budaya hidup sehat dalam	3																	3								
	b. Melakukan cara menghindari bahaya	3																			3						

Mengetahui
 Kepala Sekolah

H. Sudarto, S.Pd
 NIP 19570806 198303 1 020

Sleman,
 Guru Mata Pelajaran

Sumaryana
 NIP 19630910 198412 1 009

SILABUS

Sekolah : SMP Negeri 2 Tempel
Kelas : IX
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Semester : 2 (Dua)
Standar Kompetensi: 8. Mengembangkan berbagai teknik dasar ke dalam

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Karakter	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
					Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
8.1.Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan tepat dan lancar serta nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan	Sepak Bola	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Variasi dan kombinasi tehnik dasar (menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar) serta menahan bola dengan telapak kaki dengan dan punggung kaki dengan tepat dan lancar secara berpasangan atau kelompok Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Variasi dan kombinasi tehnik dasar (menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar) serta menahan bola dengan telapak kaki dengan dan punggung kaki dengan tepat dan lancar Bermain bola dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk Variasi dan kombinasi tehnik dasar (menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar) serta 	Nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis/lisan	Tes Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat	Lakukan variasi dan kombinasi menggiring, menendang,menghentikan bola dengan kaki bagian dalam,luar,telapak kaki dan punggung kaki dengan tepat dan lancar Lembar soal terlampir Sebutkan 2 bentuk Variasi dan kombinasi tehnik dasar menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam serta menahan bola dengan telapak kaki !.	3x40 menit	Buku Teori dan Praktik Penjas SMP Kelas IX, Muhajir, Yudistira, bola kaki, lapangan sepakbola

		toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan	<p>variasi dan kombinasi tehnik dasar passing atas, bawah dan smash tanpa awalan bola voli</p> <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan 		Tes observasi	Lembar observasi	<p>pada permainan bola voli !</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan pada saat proses pembelajaran</p>		
	Bola Basket	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting, dan lay-up shoot dengan tepat secara berpasangan atau kelompok • Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala menggiring, shooting dengan dua tangan dari atas depan kepala dan lay-up shoot) • Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui bentuk – bentuk Variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala menggiring, shooting dengan dua tangan dari atas depan kepala dan lay-up shoot) <p>Aspek Afektif</p>	<p>Nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan</p>	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar</p>	<p>Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala menggiring, shooting dengan dua tangan dari atas depan kepala dan lay-up shoot)</p> <p>Jelaskan salah satu bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring dan shooting dalam permainan bola basket !</p>	3x40 menit	<p>Buku Teori dan Praktik Penjas SMP Kelas IX, Muhajir, Yudistira, Bolabasket, lapangan bolabasket</p>

		dan peralatan	<ul style="list-style-type: none"> Nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan 		observasi	observasi	Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan pada saat proses pembelajaran		
--	--	---------------	---	--	-----------	-----------	--	--	--

<p>8.3</p> <p>Memperaktikan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan **)</p>	<p>Lompat jauh gaya melenting</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan lakukan teknik dasar awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat lompat jauh gaya melenting, secara perorangan, berpasangan atau kelompok Melakukan loba lompat jauh gaya melenting dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memnanamkan nilai toleransi, percaya diri, 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan lakukan teknik dasar awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat lompat jauh gaya melenting Melakukan lomba lompat jauh gaya melenting dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk teknik dasar awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat lompat jauh gaya melenting 	<p>Nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatann, berbagi tempat dan peralatan</p>	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p>	<p>Lakukan teknik dasar awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat lompat jauh gaya melenting</p> <p>Mengetahui teknik dasar saat mendarat pada lompat jauh gaya melenting !</p>	<p>3x40 menit</p>	
--	-----------------------------------	--	--	--	--	--	---	-------------------	--

10.1 Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan	Senam lantai	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki/selain kaki) dilanjutkan guling kedepan, guling lenting dan guling belakang secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian, kejujuran, tanggung jawab, dan percaya diri 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki/selain kaki) dilanjutkan guling kedepan, guling lenting dan guling belakang <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki/selain kaki) dilanjutkan guling kedepan, guling lenting dan guling belakang <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Nilai keberanian, kejujuran, tanggung jawab dan percaya diri 	Nilai keberanian, kejujuran, tanggung jawab dan percaya diri	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki)</p> <p>Diskripsikan gerak rangkai keseimbangan, guling depan dan guling lenting !.</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kejujuran, keberanian tanggung jawab dan percaya diri pada saat proses pembelajaran</p>	3x40 menit	Buku Teori dan Praktik Penjas SMP Kelas IX, Muhajir, Yudistira, lapangan, matras, box senam
10.2 Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai, serta nilai percaya diri dan disiplin	Senam lantai	<p>Melakukan gerak rangkai lompat hariamu melalui box, guling depan dan dilanjutkan dengan guling lenting secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian, kejujuran, tanggung jawab dan percaya diri.</p>	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak rangkai lompat hariamu melalui box, guling depan dan dilanjutkan dengan guling lenting <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk 	Nilai keberanian, kejujuran, tanggung jawab dan percaya diri	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p>	<p>Lakukan gerak rangkai lompat hariamu melalui box, guling depan dan dilanjutkan dengan guling lenting</p> <p>Diskripsikan gerak rangkai lompat harimau, guling depan dan guling lenting !.</p>	3x40 menit	

			<p>gerak rangkai lompat harimu melalui box, guling depan dan dilanjutkan dengan guling lenting</p> <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nilai keberanian, kejujuran, tanggung jawab dan percaya diri 		Tes observasi	Lembar observasi	Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kejujuran, keberanian, tanggung jawab dan percaya diri pada saat proses pembelajaran		
--	--	--	---	--	---------------	------------------	---	--	--

Standar Kompetensi : 13. Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Karakter	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
					Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
13.1Mempraktikan identifikasi bahaya bencana alam	Budaya hidup sehat	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan identifikasi jenis bencana secara kelompok • Melakukan identifikasi penyebab bencana secara kelompok 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan identifikasi jenis bencana dan penyebab bencana <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui bentuk –bentuk identifikasi jenis bencana dan penyebab bencana <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nilai kepedulian , kerjasama dan kebersihan 	Nilai kepedulian , kerjasama dan kebersihan	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukanidentifikasi jenis, peyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka)</p> <p>Sebutkan 3 penyebab terjadinya banjir !</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilaikepedulian , kerjasama dan kebersihan pada saat proses pembelajaran</p>	1x40 menit	Buku Teori dan Praktik Penjas SMP Kelas IX, Muhajir, Yudistira, lingkungan, peralatan pertolongan darurat

13.2Mempraktikan cara menghadapi berbagai bencana alam		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi pencegahan dan penanggulangan bencana alam secara kelompok atau regu 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi pencegahan dan penanggulangan bencana alam <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk identifikasi pencegahan dan penanggulangan bencana alam <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Nilai kepedulian, kerjasama dan kebersihan 	Nilai kepedulian , kerjasama dan kebersihan	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukan identifikasi pencegahan dan penanggulangan bencana alam</p> <p>Jelaskan bentuk identifikasi pencegahan dan penanggulagn bencana alam !</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilaikepedulian , kerjasama dan kebersihan pada saat proses pembelajaran</p>	2x40 menit	
--	--	---	--	---	---	--	--	------------	--

Mengetahui,
Kepala Sekolah

H. Sudarto, S.Pd.
Nip.195708061983031020

Tempel, Januari 2016
Guru Mata Pelajaran
Penjasorkes



Sumaryana
Nip. 196309101984121009

SILABUS SMP NEGERI 2 TEMPEL

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Semester : IX / 1

Standar Kompetensi: *1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*

Standar Kompetensi: 2. *Memraktikan jenis latihan beban dengan alat sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*

[illegible]

keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)	<p>Bola voli</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bola dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama dan toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau ke-lompok • Melakukan variasi dan kombinasi Teknik dasar passing atas bawah dan smash tanpa awalan dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau ke-lompok • Bermain dengan peraturan yang 	<p>kelompok</p> <p>dasar menghentikan menggiring bola</p> <p>menendang, bola, dan</p> <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dapat bekerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan 	<p>Nilai bekerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan</p>	<p>Tes observasi</p> <p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/isan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Lembar observasi</p> <p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>berbagi tempat dan peralatan pada saat proses pembelajaran</p> <p>Tes variasi dankombinasi passing atas,bawah dan smash tanpa awalan dengan koordina- si yang baik</p> <p>Tes variasi kobinasi teknik dasar passing atas, bawah dan smash tampa awalan dengan koordinasi yang baik</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia</p>	<p>9 x 40 menit</p>	
	<p>Bola Basket</p>							

		<p>dimodifikasi untuk memupuk kerja sama dan toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting, dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau ke-lompok Bermain dengan pe-raturan yang di modifik untuk memupuk kerja sama dan toleransi, percaya dini, 	<p>Dapat bekerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, dengan teman dalam kelompok, menghargai lawan dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p> <p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan koordinasi yang baik Variasi dan kombinasi teknik dasar menggiring, shooting (dengan dua tangan dari atas depan kepala) dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik Bermain dengan pe-raturan yang di modifik <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting dan lay-up shoot <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama toleransi, percaya dini, keberanian, dengan teman dalam kelompok, menghargai lawan dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman 	<p>Nilai bekerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan</p>	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/isan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>berbagi tempat dan peralatan pada saat proses pembelajaran</p> <p>Tes variasi kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan koordinasi yang baik</p> <p>Tes variasi kombinasi teknik dasar menggiring, shooting (dengan dua tangan dari atas depan kepala) dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia</p>	<p>6 x 40 menit</p>	
--	--	---	--	--	--	--	---	---------------------	--

		<ul style="list-style-type: none">Melakukan tehnik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan secara berpasangan atau kelompokMelakukan lomba lempar lembing dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan	<p>melempar dan gerak ikutan</p> <ul style="list-style-type: none">Melakukan lomba lempar lembing dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai percaya diri <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none">Mengetahui bentuk –bentuk tehnik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan secara berpasangan atau kelompok <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none">Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman	a dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman) Tes tertulis/ lisan Tes observasi	Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat Lembar observasi	gerak ikutan lempar lembing langkah silang ! Berdasarkan pengamatan guru terhadap nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan pada saat proses pembelajaran		
--	--	--	--	---	---	---	--	--	--

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Karakter	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
					Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.1 Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan	Kebugaran jasmani	<ul style="list-style-type: none">Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) secara berpasangan atau kelompok, dengan menekankan nilai kerja sama, percaya diri, tanggung jawab, semangat yang tinggi, cermat dan gembira.Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki), Secara berpasangan atau kelompok dengan menekankan nilai kerja sama, percaya diri, tanggung jawab, semangat yang tinggi,	Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none">Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah)Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none">Mengetahui bentuk –bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none">Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri	Nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri	Tes praktik (Kinerja)	Tes Kinerja	<ul style="list-style-type: none">Lakukan bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah serta latihan untuk kelentukan (persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki)	3 x 40 menit	Buku teks, buku referensi, lapangan,matras CD, media cetak/elektronika
2.2.Mempraktikkan latihan kekuatan,	Kebugaran jasmani		Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none">Melakukan bentuk latihan	Nilai	Tes tertulis /lisan Tes observasi Tes praktik (Kinerja)	Pilihan ganda/uraian singkat Lembar observasi Tes Kinerja	Berdasarkan pengamatan guru terhadap Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri pada saat proses pembelajaran Lakukan bentuk latihan daya		Buku teks,

kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri		<p>jujur, disiplin, cermat dan menyenangkan.</p> <ul style="list-style-type: none">• Melakukan latihan kekuatan dan daya tahan otot paha dan kaki secara berpasangan atau kelompok dengan menekankan nilai kerja sama, percaya diri, tanggung jawab, semangat yang tinggi, jujur, disiplin, cermat dan menyenangkan.• Melakukan lomba kecepatan dan kelincahan dengan peraturan yang di modifikasi untuk menanamkan nilai disiplin, percaya diri, menghargai lawan dan tanggungjawab	<p>untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah)</p> <ul style="list-style-type: none">• Melakukan bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki• Melakukan bentuk latihan untuk kecepatan (untuk otot badan bagian atas dan bawah) <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengetahui bentuk –bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none">• Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri, menghargai lawan	semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri	<p>a)</p> <p>Tes tertulis /lisan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>tahan,kekuatan dan kecepatan</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru terhadap Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri pada saat proses pembelajaran</p>		buku referensi, lapangan,matras,bangkusenam CD, media cetak/elektronika
---	--	---	---	--	---	---	--	--	---

			Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan 						
3.2 Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai , serta nilai keberanian , kedisiplinan, keluwesan dan estetika	Senam lantai	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan dan bergerak guling lenting secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian, percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan 	Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan dan bergerak guling lenting Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk – bentuk gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan dan bergerak guling lenting Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan 	Nilai Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis/ lisan Tes observasi	Tes Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat Lembar observasi	Lakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan dan bergerak guling lenting Berdasarkan pengamatan guru terhadap Semangat, tanggung jawab, disiplin, keberanian dan percaya diripada saat proses pembelajaran		

Standar Kompetensi: 6. *Mempraktikan dasar-dasar penjelajahan di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Karakter	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
					Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
6.1 Mempraktikkan rencana kegiatan penjelajahan	Pendidikan luar kelas	Melakukan pembuatan perencanaan, dasar-dasar kegiatan penjelajahan dialam bebas dengan teliti (perencanaan yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi tempat kegiatan) secara kelompok, bekerja sama dan disiplin	Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Pembuatan perencanaan, dasar-dasar kegiatan penjelajahan dialam bebas (perencanaan yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi tempat kegiatan) secara kelompok Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui Pembuatan perencanaan, dasar-dasar kegiatan penjelajahan dialam bebas Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika 	Kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis/ isan Tes observasi	Tes Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat Lembar observasi	Lakukan pembuatan rencana pelaksanaan kegiatan penjelajahan dan observ. Berdasarkan pengamatan guru Kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etikapada saat proses pembelajaran	3x40 menit	Buku teks, buku referensi, lingkungan, obat dan peralatan P3K CD, media cetak/elektronika

6.2 Mempraktikkan berbagai keterampilan untuk memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas serta nilai kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika	Penjelajahan disekitar sekolah	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan ketrampilan dasar mempertahankan hidup <ol style="list-style-type: none"> Kompas dan peta Mencari makanan dan minuman Mendapatkan air dengan proses kondensasi Penyulingan dengan matahari(soal still) Air dari tanaman 	Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Keterampilan untuk memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui cara memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika 	Kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis/lisan Tes observasi	Tes Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat Lembar observasi	Lakukan Ketrampilan dasar mempertahankan hidup <ol style="list-style-type: none"> Kompas dan peta Mencari makanan dan minuman Mendapatkan air dengan proses kondensasi Penyulingan dengan matahari(soal still) Air dari tanaman dan observ. Berdasarkan pengamatan guru Kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika pada saat proses pembelajaran		
---	--------------------------------	---	---	---	--	---	--	--	--

Standar Kompetensi : 7. Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Karakter	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
					Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
7.1 Menerapkan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukanidentifikasi peyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka) secara berkelompok 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukanidentifikasi peyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka) <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui peyebab,akibat dan cara mengatasi kebakaran <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan 	Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis/ isan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukanidentifikasi penyebab penyebab kebakaran.</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihanpada saat proses pembelajaran</p>	3 x 40 menit	Buku teks, buku referensi,lingkungan CD, media cetak/elektronika
7.2 Melakukan cara menghindar	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan pencegahan bahaya kebakaran (pencegahan terhadap penyebab, perlengkapan 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifikasi cara pencegahan bahaya kebakaran 	Dapat bekerjasama dengan	<p>Tes praktik (Kinerja)</p>	<p>Tes Kinerja</p>	Menyebutkan atau menuliskan cara melakukan pencegahan terhadap	3 x 40 menit	

i bahaya keba - karan		pemadam kebakaran	<p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui cara menghindari bahaya kebakaran <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan dan kebersihan 	teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan	<p>Tes tertulis/isan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>penyakit</p> <p>Berdasarkan pengamatan guru bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan pada saat proses pembelajaran</p>		
-----------------------------	--	-------------------	--	--	---	---	--	--	--

Mengetahui,

Kepala Sekolah




H. Sudarto, S.Pd.

Nip.195708061983031020

Tempel, Julii 2015

Guru Mata Pelajaran

Penjasorkes



Sumaryana

Nip. 196309101984121009

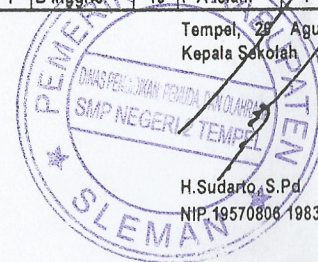
JADWAL PELAJARAN SEMESTER GANJIL
SMP NEGERI 2 TEMPEL
TAHUN PELAJARAN 2015/2016

JAM	KELAS VII										KELAS VIII										KELAS IX									
	A	KODE	B	KODE	C	KODE	D	KODE	E	KODE	A	KODE	B	KODE	C	KODE	D	KODE	E	KODE	A	KODE	B	KODE	C	KODE	D	KODE		
1. 07.00-07.40	UPACARA BENDERA										UPACARA BENDERA										UPACARA BENDERA									
07.40-08.00	KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN									
2. 08.00-08.40	Bhs Indo	9	IPA	17	B Inggris	11	B Jawa	29	Matematika	13	PKn	5	Penjas	26	Matematika	14	IPS	22	IPA	18	B Inggris	10	Penjas	25	Matematika	15	S Budaya	23	IPA	
3. 08.40-09.20	Bhs Indo	9	B Inggris	11	BK	31	B Jawa	29	Matematika	13	PKn	5	Penjas	26	Matematika	14	IPS	22	IPA	18	IPA	16	Penjas	25	Matematika	15	S Budaya	23	Bhs Indo	
09.20-09.35	ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I									
4. 09.35-10.15	IPS	22	B Inggris	11	IPS	20	Matematika	13	IPA	17	BK	30	Penjas	26	P A Islam	1	Ketramp	27	IPA	18	IPA	16	Penjas	25	B Inggris	10	Matematika	15	Bhs Indo	
5. 10.15-10.55	IPS	22	B Jawa	28	IPS	20	Matematika	13	IPA	17	IPA	19	Bhs Indo	8	P A Islam	1	Ketramp	27	Matematika	14	S.BudTari	24	Bhs Indo	7	IPS	21	Matematika	15	S Budaya	
6. 10.55-11.35	BK	31	B Jawa	28	Bhs Indo	9	B Inggris	11	IPA	17	IPA	19	Bhs Indo	8	S.BudTari	24	P A Islam	1	Matematika	14	Matematika	15	Bhs Indo	7	IPS	21	B Inggris	10	S Budaya	
11.35-12.10	ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II									
7. 12.10-12.50	IPA	17	Bhs Indo	9	Matematika	13	B Inggris	11	B Jawa	28	Matematika	14	IPA	19	IPA	18	P A Islam	1	Bhs Indo	8	B Inggris	10	IPA	16	Bhs Indo	7	IPS	21	Ketramp	
8. 12.50-13.30	IPA	17	Bhs Indo	9	Matematika	13	B Inggris	11	B Jawa	28	Matematika	14	IPA	19	IPA	18	P A Islam	1	Bhs Indo	8	B Inggris	10	IPA	16	Bhs Indo	7	IPS	21	Ketramp	
07.00-07.20	KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN									
1. 07.20-08.00	ULANGAN SELASA BERSAMA										ULANGAN SELASA BERSAMA										ULANGAN SELASA BERSAMA									
2. 08.00-08.40	Penjas	25	PKn	5	Matematika	13	B Inggris	11	P A Islam	2	B Inggris	12	P Agama	1/3/4	BK	30	Penjas	26	Matematika	14	B Jawa	28	S Budaya	23	IPA	16	B Inggris	10	Matematika	
3. 08.40-09.20	Penjas	25	PKn	5	Matematika	13	B Inggris	11	P A Islam	2	B Inggris	12	P Agama	1/3/4	Bhs Indo	8	Penjas	26	Matematika	14	B Jawa	28	S Budaya	23	IPA	16	B Inggris	10	Matematika	
09.20-09.35	ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I									
4. 09.35-10.15	Penjas	25	Bhs Indo	9	IPA	17	P A Islam	2	Matematika	13	S.BudTari	24	P Agama	1/3/4	IPA	18	Penjas	26	IPS	22	Matematika	15	Ketramp	27	IPA	16	B Jawa	28	IPS	
5. 10.15-10.55	B Inggris	11	Bhs Indo	9	IPS	20	P A Islam	2	PKn	5	Bhs Indo	8	B Inggris	12	IPA	18	Matematika	14	P Agama	1/3	Matematika	15	Ketramp	27	B Inggris	10	B Jawa	28	IPS	
6. 10.55-11.35	B Inggris	11	S Budaya	23	IPS	20	IPA	17	PKn	5	Bhs Indo	8	B Inggris	12	Matematika	14	IPA	18	BK	30	Bhs Indo	7	IPA	16	B Inggris	10	Matematika	15	P Agama	
11.35-12.10	ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II									
7. 12.10-12.50	S.BudTari	24	P Agama	2/3	Bhs Indo	9	IPA	17	Ketramp	27	Matematika	14	IPS	22	B Inggris	12	IPA	18	Bhs Indo	8	IPS	21	IPA	16	PKn	5	Bhs Indo	7	P Agama	
8. 12.50-13.30	S.BudTari	24	P Agama	2/3	Bhs Indo	9	IPA	17	Ketramp	27	Matematika	14	IPS	22	B Inggris	12	IPA	18	Bhs Indo	8	IPS	21	B Inggris	10	PKn	5	Bhs Indo	7	P Agama	
07.00-07.20	KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN									
1. 07.20-08.00	Bhs Indo	9	Ketramp	28	B Inggris	11	Penjas	26	IPS	20	IPS	23	Matematika	14	P A Islam	1	B Inggris	12	B Jawa	28	PKn	5	IPS	21	Matematika	15	Penjas	25	B Inggris	
2. 08.00-08.40	P A Islam	2	Ketramp	28	B Inggris	11	Penjas	26	IPS	20	IPS	23	S.BudTari	24	S Budaya	23	B Inggris	12	B Jawa	28	PKn	5	IPS	21	Matematika	15	Penjas	25	B Inggris	
3. 08.40-09.20	P A Islam	2	Bhs Indo	9	IPA	17	Penjas	26	B Inggris	11	IPA	19	Bhs Indo	8	S Budaya	23	Matematika	14	B Inggris	12	B Inggris	10	P Agama	1/3	S.BudTari	24	Penjas	25	BK	
09.20-09.35	ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II									
4. 09.35-10.15	Matematika	13	P Agama	2/3	Ketramp	27	PKn	5	B Inggris	11	B Inggris	12	Bhs Indo	8	IPS	22	B Jawa	28	S Budaya	23	B Inggris	10	P Agama	1/3	Penjas	25	Bhs Indo	7	IPA	
5. 10.15-10.55	Matematika	13	IPA	17	Ketramp	27	PKn	5	P A Islam	2	B Inggris	12	IPA	19	IPS	22	B Jawa	28	S Budaya	23	BK	29	P Agama	1/3	Penjas	25	Bhs Indo	7	IPA	
6. 10.55-11.35	Ketramp	28	S.BudTari	24	P A Islam	2	Matematika	13	Bhs Indo	9	B Jawa	28	IPA	19	B Inggris	12	Bhs Indo	8	P Agama	1/3	S Budaya	23	Matematika	15	Penjas	25	IPA	16	PKn	
11.35-12.10	ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I									
7. 12.10-12.50	Ketramp	28	S.BudTari	24	P A Islam	2	Matematika	13	Bhs Indo	9	B Jawa	28	IPA	19	B Inggris	12	Bhs Indo	8	P Agama	1/3	S Budaya	23	Bhs Indo	7	BK	30	IPA	16	PKn	

KELAS VII										KELAS VIII										KELAS IX										
	A	KODE	B	KODE	C	KODE	D	KODE	E	KODE	A	KODE	B	KODE	C	KODE	D	KODE	E	KODE	A	KODE	B	KODE	C	KODE	D	KODE	E	KODE
07.20	KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN									
08.00	PKn	5	Penjas	25	Bhs Indo	9	S.BudTari	25	IPA	17	P A Islam	1	Matematika	14	Penjas	26	IPA	18	B Inggris	11	IPA	16	Matematika	15	IPS	21	Ketramp	27	Bhs Indo	7
08.40	PKn	5	Penjas	25	Bhs Indo	9	S.BudTari	25	IPA	17	P A Islam	1	Matematika	14	Penjas	26	IPA	18	B Inggris	11	IPA	16	Matematika	15	IPS	21	Ketramp	27	Bhs Indo	7
09.20	B Jawa	28	Penjas	25	Matematika	13	BK	31	B Inggris	11	P A Islam	1	BK	30	Penjas	26	IPA	18	B Inggris	11	Ketramp	27	B Inggris	10	IPA	16	PKn	5	Matematika	15
09.35	ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I										ISTIRAHAT I									
10.15	B Jawa	28	B Inggris	11	IPA	17	IPS	20	Bhs Indo	9	IPS	22	B Inggris	12	Matematika	14	Bhs Indo	8	Penjas	26	Ketramp	27	IPS	21	IPA	16	PKn	5	S.BudTari	24
10.55	Matematika	13	B Inggris	11	IPA	17	IPS	20	Bhs Indo	9	IPS	22	B Inggris	12	Matematika	14	Bhs Indo	8	Penjas	26	Ketramp	27	IPS	21	IPA	16	PKn	5	S.BudTari	24
11.35	IPA	17	IPS	20	B Inggris	11	Bhs Indo	9	Matematika	13	Ketramp	27	IPS	22	Bhs Indo	8	B Inggris	12	Penjas	26	P A Islam	1	IPS	21	Matematika	15	Bhs Indo	7	B Inggris	10
12.10	ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II										ISTIRAHAT II									
12.50	IPA	17	IPS	20	B Inggris	11	Bhs Indo	9	Matematika	13	Ketramp	27	IPS	22	Bhs Indo	8	B Inggris	12	S.BudTari	24	P A Islam	1	Bhs Indo	7	S Budaya	23	B Inggris	10	B Jawa	28
13.00	PROGRAM PENDAMPINGAN										PROGRAM PENDAMPINGAN										PROGRAM PENDAMPINGAN									
13.40	S Budaya	23	Matematika	13	P A Islam	2	IPA	17	Penjas	26	Matematika	14	B Jawa	28	IPS	22	S.BudTari	24	Ketramp	27	Penjas	25	PKn	5	B Inggris	10	IPA	16	Bhs Indo	7
14.20	P A Islam	2	Matematika	13	S Budaya	23	IPA	17	Penjas	26	Bhs Indo	8	B Jawa	28	IPS	22	BK	30	Ketramp	27	Penjas	25	PKn	5	B Inggris	10	Matematika	15	IPS	21
15.00	B Inggris	11	Matematika	13	PKn	5	P A Islam	2	Penjas	26	Bhs Indo	8	IPA	19	B Jawa	28	S Budaya	23	Matematika	14	Penjas	25	IPA	16	Bhs Indo	7	Matematika	15	IPS	21
15.15	ISTIRAHAT										ISTIRAHAT										ISTIRAHAT									
15.55	IPA	17	IPS	20	PKn	5	Bhs Indo	9	B Inggris	11	IPA	19	Bhs Indo	8	B Jawa	28	S Budaya	23	IPS	22	IPA	16	Matematika	15	Bhs Indo	7	P A Islam	1	Penjas	26
16.35	Bhs Indo	9	IPS	20	S.BudTari	24	Ketramp	27	B Inggris	11	IPA	19	S Budaya	23	Bhs Indo	8	Matematika	14	IPS	22	Bhs Indo	7	Matematika	15	B Jawa	28	P A Islam	1	Penjas	26
17.15	Bhs Indo	9	B Inggris	11	S.BudTari	24	Ketramp	27	BK	31	IPA	19	S Budaya	23	Bhs Indo	8	Matematika	14	IPS	22	Bhs Indo	7	BK	29	B Jawa	28	P A Islam	1	Penjas	26
18.00	KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN										KEGIATAN KEAGAMAAN									
19.00	B Inggris	11	Matematika	13	Penjas	25	S Budaya	23	Bhs Indo	9	Penjas	26	PKn	5	PKn	6	IPS	22	IPA	18	Matematika	15	S.BudTari	24	Ketramp	27	IPS	21	B Inggris	10
19.40	B Inggris	11	Matematika	13	Penjas	25	IPS	20	S Budaya	23	Penjas	26	PKn	5	PKn	6	IPS	22	IPA	18	Matematika	15	B Jawa	28	Ketramp	27	IPS	21	B Inggris	10
20.20	Matematika	13	IPA	17	Penjas	25	IPS	20	S.BudTari	24	Penjas	26	Matematika	14	Ketramp	27	PKn	6	IPA	18	IPS	21	B Jawa	28	Bhs Indo	7	IPA	16	Matematika	15
20.55	ISTIRAHAT										ISTIRAHAT										ISTIRAHAT									
21.15	Matematika	13	IPA	17	B Jawa	28	Bhs Indo	9	S.BudTari	24	S Budaya	23	Matematika	14	Ketramp	27	PKn	6	Bhs Indo	8	IPS	21	B Inggris	10	P A Islam	1	IPA	16	Matematika	15
21.55	IPS	22	IPA	17	B Jawa	28	Bhs Indo	9	IPS	20	S Budaya	23	Ketramp	27	IPA	18	Bhs Indo	8	PKn	6	Bhs Indo	7	B Inggris	10	P A Islam	1	BK	30	IPA	16
22.35	IPS	22	BK	31	IPA	17	Matematika	13	IPS	20	Bhs Indo	8	Ketramp	27	IPA	18	Matematika	14	PKn	6	Bhs Indo	7	B Inggris	10	P A Islam	1	S.BudTari	24	IPA	16

nas Pendidikan
Olahraga
teman

wadi
197903 1 010



Tempel, 28 Agustus 2015
Kepala Sekolah

H.Sudarto, S.Pd
NIP. 19570806 198303 1 020



PRATIK PENGAJARAN LPP ANGGARAN 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP NEGERI 2 TEMPEL SLEMAN

Alamat: Jl. Balangan, Barongan, Banyurejo, Tempel, Sleman, DI Yogyakarta
KodePos 55552 Telp. (0274) 7490570

JADWAL MENGAJAR

Tanggal 10 Agustus 2015 – 12 September 2015

No	Hari, Tanggal	Kelas	Jam Pelajaran (WIB)	Mata Pelajaran
1	Rabu, 11 Agustus 2015	IX D	07.20 - 09.20	PJOK
2	Kamis, 13 Agustus 2015	VII B	07.20 - 09.20	PJOK
3	Rabu, 19 Agustus 2015	IX D	07.20 - 09.20	PJOK
4	Kamis, 20 Agustus 2015	VII B	07.20 - 09.20	PJOK
5	Sabtu, 22 Agustus 2015	VII C	07.20 - 09.20	PJOK
6	Senin, 24 Agustus 2015	IX B	08.00 - 10.00	PJOK
7	Rabu, 26 Agustus 2015	IX D	07.20 - 09.20	PJOK
8	Kamis, 27 Agustus 2015	VII B	07.20 - 08.20	PJOK
9	Jumat, 28 Agustus 2015	IX E	09.15 - 11.15	PJOK
10	Sabtu, 29 Agustus 2015	VII C	07.20 - 09.20	PJOK
11	Senin, 31 Agustus 2015	IX B	08.00 - 10.00	PJOK
12	Kamis, 3 September 2015	VII B	07.20 - 09.20	PJOK
13	Jumat, 4 September 2015	VII E IX E	07.00 - 09.00 09.15 - 11.15	PJOK
14	Sabtu, 5 September 2015	VII C	07.20 - 09.20	PJOK
15	Senin, 7 September 2015	IX B	08.00 - 10.00	PJOK
16	Selasa, 8 September 2015	VIII D	07.20 - 09.20	PJOK
17	Rabu, 9 September 2015	IX D	07.20 - 09.20	PJOK
18	Kamis, 10 September 2015	VIII C	07.20 - 09.20	PJOK

Tempel, 9 September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

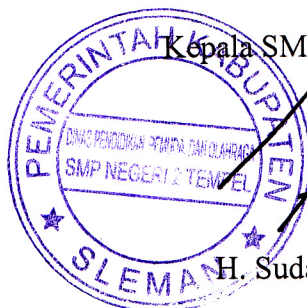
Sumaryana

NIP. 196309101984121009

Mahasiswa PPL

Muhamad Fadchurrohman

NIM. 12601241031



Kepala SMP N 2 Tempel

H. Sudarto, S. Pd

NIP. 19570806 198303 1 020



Universitas Negeri
Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02
untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL

ALAMAT SEKOLAH : JL. BALANGAN, BARONGAN, BANYUREJO, TEMPEL

GURU PEMBIMBING : SUMARYANA

NAMA MAHASISWA : MUHAMAD FADCHURROHMAN

NO. MAHASISWA : 12601241031

FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : FATHAN NURCAHYO, M.Or

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin/ 10 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none">Upacara BenderaKegiatan keagamaan	<p>Upacara hari senin dilaksanak di lapangan SMP N 2 Tempel dengan petugas IX A. Pembina upacara mengajak siswa untuk lebih meningkatkan prestasi dan belajar</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Observasi kelas pak sumaryana kelas IX B materi pembelajaran permainan bola voly • Konsultasi dengan guru pembimbing 	<p>dan katolik dikelas IX B dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengetahui cara mengkondisikan kelas dan mengetahui karakteristik siswa</p> <p>Membahas teknik mengajar dalam kelas dan materi materi ajar yang akan dilaksanakan selama ppl.</p>	<p>Masih ada siswa yang tidak memperhatikan apa yang diterangkan oleh guru, dan masih asal-asalan saat mempraktikan materi ajar</p>	<p>Masih ada siswa yang tidak memperhatikan apa yang diterangkan oleh guru, dan masih asal-asalan saat mempraktikan materi ajar</p>
2	Selasa/ 11 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • KBM kelas VII A 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik VII A dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar oleh Yoga Wahyu P di kelas VII A (permainan bola basket). Siswa dapat menerima materi pembelajaran yang diberikan dengan baik. Siswa mengetahui teknik dasar dalam</p>	<p>Guru masih sulit untuk mengkondisikan kelas. Penampilan dari guru masih kurang rapi.</p>	<p>Memperhatikan kondisi lapangan, dan menempatkan siswa sesuai kebutuhan mengajar. Guru juga</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Konsultasi dengan guru pembimbing • Observasi Ekstrakurikuler • Mengumpulkan materi ajar untuk penyusunan RPP 	<p>permainan bola basket</p> <p>Membahas pembelajaran dari saudara yoga wahyu P dan dimintai untuk membantu latihan TUB 17 Agustus 2015 yang berbeda dari tahun – tahun sebelumnya</p> <p>Didapatkan jadwal ekstrakurikuler yang ada di SMP N 2 Tempel khususnya cabang olahraga</p> <p>Menghasilkan cara melakukan teknik passing bawah, serve atas dan bawah</p>	<p>Mencari sumber yang dapat dipertanggung jawabkan di internet.</p>	<p>harus lebih <i>mobile</i> dalam pembelajaran.</p> <p>Mencari sumber dari internet , artikel, journal, dan buku</p>
3	Rabu/ 12 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • KBM kelas IX D 	<p>Seluruh siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik dikelas IX D dilanutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing di kelas IX D (permainan bola voli). Siswa antusias dalam pembelajaran, dan dapat mengkondisikan kelas baik.</p>	<p>Sulit membiasakan siswa untuk memanggil bapak dalam pembelajaran. Kurang dalam memberikan batas</p>	<p>Memberikan kesepakatan pada siswa dalam pembelajaran harus memanggil bapak.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM kelas IX C • Pendampingan rapat OSIS • Ekstrakurikuler sepak bola 	<p>Siswa mengetahui cara melakukan teknik dasar serve atas, serve bawah, dan passing bawah dalam permainan bola voly</p> <p>Mengajar terbimbing oleh Yoga Wahyu P di kelas IX C (permainan bola voli). Siswa mengetahui cara melakukan teknik dasar serve atas, serve bawah, dan passing bawah dalam permainan bola voly.</p> <p>Rapat dilaksanakan di perpustakaan SMP N 2 Tempel yang dihadiri seluruh anggota OSIS (28), Pembina OSIS dan beberapa mahasiswa PPL.</p> <p>Rapat membahas persiapan upacara 17 Agustus 2015. Hasil rapat adalah pembentukan regu pengibar bendera dan petugas upacara yang lain yang dalam latihannya didampingi oleh mahasiswa ppl.</p> <p>Ikut dalam sesi latihan anak anak KKO (Kelas Khusus Olahraga) dengan materi penguasaan bola</p>	<p>lapangan yang dipakai untuk pembelajaran.</p> <p>Dalam pembelajaran guru kurang runtut dalam penyampaian materi.</p> <p>Jumlah anggota osis dan jumlah untuk pengibar bendera dan petugas upacara tidak sesuai sehingga masih ada kekurangan</p>	<p>Menjelaskan kepada siswa lapangan yang digunakan saat pembelajaran.</p> <p>Guru harus lebih memperhatikan materi ajar, dari yang termudah ke yang paling sulit.</p> <p>Dicarikan dari pks dan anggota pramuka</p>
--	--	---	--	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> Mencari materi dan membuat 2 RPP (permainan bola voly dan basket) 	Meyelesaikan RPP permainan bola voly u tuk kelas IX dan searching teknik dasar passing dalam permainan bola basket dan menyelesaikan penyusunan RPP permainan bola basket untuk kelas VII		
4	Kamis/ 13 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> Kegiatan keagamaan KBM di kelas VIII B Pendampingan latihan upacara 17 Agustus 2015 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik di kelas VII B dilakukan selama 20 menit dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing kelas VII B (permainan bola basket). Siswa dapat mengetahui cara melakukan teknik dasar passing (chest pass, bounce pass, over head pass) dan shooting (under ring)</p> <p>Pendampingan dilakukan oleh beberapa mahasiswa PPL. Hasil yang dicapai adalah pelatihan</p>	<p>Siswa merasa pembelajaran penjas membosankan dan siswa ingin langsung bermain.</p> <p>Para petugas upacara dan pengibar bendera masih sulit melakukan baris-</p>	<p>Memberikan permainan permainan yang menuju ke materi yang akan diajarkan sehingga siswa merasa senang dalam setiap proses pembelajaran.</p> <p>Memberikan dasar-dasar dalam baris-berbaris</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan ekstrakurikuler tari • Membantu administrasi sekolah • Ekstrakurikuler sepak bola • Pembuatan RPP 	<p>pengucapan teks upacara dan pelatihan gerak dasar baris-berbaris untuk pasukan paskibra.</p> <p>Ekstra tari dilaksanakan sepulang sekolah langsung. Pendampingan dilakukan oleh mahasiswa PPL perempuan.</p> <p>Hasil yang diperoleh adalah gerakan awal tari kupu-kupu.</p> <p>Melipat buku Baca Tulis Al Quran, yang nantinya akan diberikan kepada siswa.</p> <p>Melatih kiper dengan materi catching (menangkap bola)</p> <p>Mencari materi untuk pembelajaran minggu berikutnya dengan materi start jongkok dalam nomor lari.</p>	<p>berbaris</p> <p>Gerakan yang cukup rumit</p> <p>Kertas yang terlalu banyak</p>	<p>Agar hafal, gerakan dilakukan berulang kali. Sebagai pemula seharusnya kelas VII diberikan teknik dasar dalam gerakan tari sehingga siswa tidak terlalu kesulitan</p> <p>Pembagian kerja dengan anggota PPL</p>
5	Jumat/ 14 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • KBM dikelas IX A 	<p>Mengajar terbimbing oleh Yoga Wahyu P kelas IX A (permainan bola voli). Siswa mengetahui cara melakukan teknik dasar serve atas, serve bawah,</p>	<p>Penempatan dalam mengawasi proses pembelajaran kurang sesuai untuk mengawasi</p>	<p>Guru harus lebih jeli dalam menempatkan posisi sehingga semua murid dapat diawasi.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan latihan TUB 17 Agustus 2015 • Pembuatan RPP • Membantu administrasi sekolah 	<p>dan passing bawah dalam</p> <p>Memberikan latihan langkah tegak maju jalan dengan benar, dan menjelaskan penempatan petugas upacara</p> <p>Mengumpulkan materi ajar start jongkok dalam nomor lari dari internet dan buku.</p> <p>Melipat buku Baca Tulis Al Quran, yang nantinya akan diberikan kepada siswa.</p>	<p>jumlah 24 murid. Masih ada siswa yang menyepelekan guru.</p> <p>Para petugas upacara dan pengibar bendera masih asal – asalan dalam melaksanakan tugas masing-masing</p>	<p>Guru harus lebih tegas dalam pembelajaran</p> <p>Memberikan perhatian yang lebih kepada seluruh petugas dan pengibar bendera</p>
6	Sabtu/ 15 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan Keagamaan • Pendampingan latihan TUB 17 Agustus 2015 dan gladi bersih 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik di kelas VII C dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya</p> <p>Seluruh petugas upacara dapat melakukan tugasnya sesuai rencana</p>	<p>Siswa yang masih belum bisa baris-berbaris dengan benar.</p>	<p>Diajarkan baris-berbaris sampai bisa dan benar melakukan gerakan.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Konsultasi dengan guru pembimbing • Ekstrakurikuler sepak bola • Konsultasi dengan dosen pembimbing 	<p>yang diberikan saat gladi bersih. Latihan dimulai pukul 07.30 – 11. 40.</p> <p>Membahas tentang perlengkapan yang harus dibawa dan dipakai oleh seluruh petugas upacara. Latihan diisi dengan materi game 2x45 menit</p> <p>Membahas pembagian materi dan penyusunan RPP</p>	Masih kekurangan perlengkapan yang akan dipakai saat upacara 17 agustus 2015	Membeli kekurangan perlengkapan ditoko yang menyediakan peralatan TUB.
--	--	---	---	--	--

Sleman, 15 Agustus 2015

Dosen Pembimbing Lapangan



Fathan Nurcahyo M.Or
NIP. : 19820711 200812 1 003

Mengetahui :

Guru Pembimbing



Sumaryana
NIP.:196309101984121009

Mahasiswa,



Muhamad Fadchurrohman
NIM. :12601241031



Universitas Negeri
Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02
untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL

ALAMAT SEKOLAH : JL. BALANGAN, BARONGAN, BANYUREJO, TEMPEL

GURU PEMBIMBING : SUMARYANA

NAMA MAHASISWA :MUHAMAD FADCHURROHMAN

NO. MAHASISWA : 12601241031

FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING: FATHAN NURCAHYO, M.Or

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin/ 17 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none">Upacara Bendera 17 Agustus 2015	Upacara bendera 17 Agustus 2015 dilakukan di lapangan upacara pada pukul 07.00 sampai 08.00. Petugas upacara merupakan seluruh anggota osis SMP N 2 Tempel. Pembina upacaranya adalah kepala sekolah. Upacara berjalan dengan lancar.		

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan ekstrakurikuler sepak bola • Pembuatan RPP 	<p>Siswa dapat mengetahui dan melakukan start jongkok dalam nomor lari 50 m. KBM ini dilaksanakan pada pukul 07.20 – 09.20</p> <p>Memberikan latihan finishing dan defend . Latihan ini dimulai dari pukul 15.00 – 17.10</p> <p>Mengumpulkan materi untuk menyusun RPP dengan materi atletik (start jongkok dalam nomor lari 50m). Dilakukan dari pukul 19.00 – 19.30</p>	<p>sehingga siswa dapat berlarian bebas.</p> <p>.</p>	<p>memperhatikan batas batas lapangan yang akan digunakan.</p> <p>.</p>
3	Rabu/ 19 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan PKS • Kegiatan keagamaan 	<p>Membantu PKS yang bertugas untuk menyeberangkan siswa dan bapak ibu guru demi keselamatan bersama. Dilaksanakan pada pukul 06.35 – 07.00 WIB</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik dikelas IX D dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya</p>	<p>Masih ada siswa yang</p>	<p>Memberikan motivasi</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM Kelas IX D • KBM Kelas IX C • Konsultasi dengan guru pembimbing • Pembuatan RPP 	<p>Mengajar terbimbing dan penilaian proses pembelajaran kelas IX D (permainan bola voli). Siswa mampu mempraktikan teknik dasar serve atas, serve bawah, dan passing bawah sesuai dengan kriteria penilain. Pembelajaran ini belangsung pada pukul 07.20 – 09.20</p> <p>Mengajar terbimbing oleh Yoga Wahyu P dan penilaian proses pembelajaran kelas IX C (permainan bola voli). Siswa mampu mempraktikan teknik dasar serve atas, serve bawah, dan passing bawah sesuai dengan kriteria penilain. Pembelajaran dimulai pukul 09.35-11.35</p> <p>Membahas mengenai hasil penilaian permainan bola voly terhadap siswa kelas IX D</p> <p>Mengumpulkan materi start jongkok</p>	<p>tidak sungguh – sungguh dalam penilaian sehingga hasilnya tidak maksimal. Dan siswa masih menyoraki temannya yang sedang melakukan penilaian.</p> <p>Saat penilaian siswa masih kesulitan melakukan serve, dan passing bawah.</p>	<p>kepada siswa untuk memaksimalkan kesempatan yang diberikan dalam penilaian, dan mengajarkan untuk menghargai kemampuan seseorang.</p> <p>Guru harus lebih tanggap dengan kesulitan siswa, harus memberikan contoh agar siswa dapat meniru gerakan yang benar.</p>
4	Kamis/ 20 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan PKS 	Membantu PKS yang bertugas untuk menyeberangkan siswa dan bapak ibu guru demi keselamatan bersama.		

		<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • Pelaksanaan KBM di kelas VII B • Konsultasi dengan guru pembimbing • Pendampingan sepak bola • Pembuatan RPP 	<p>Dilaksanakan pada pukul 06.35 – 07.00 WIB</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik di kelas VII B setelah itu menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penilaian proses pembelajaran kelas VII B (atletik nomor lari (start jongkok). Siswa dapat mengetahui dan melakukan start jongkok. Penilaian juga berjalan dengan baik dan hasilnya memuaskan.</p> <p>Konsultasi mengenai cara mengolah nilai sesuai dengan format yang sudah dibuat guru pembimbing.</p> <p>Latihan penguasaan bola dengan latihan 7 lawan 5 .</p> <p>Mencari referensi tentang panilaian. Menyelesaikan penyusunan RPP dan</p>		
--	--	---	---	--	--

			lembar penilaian yang sudah disesuaikan dengan format dari guru pembimbing.		
5	Jumat 21 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • KBM di kelas IX A • Pendampingan pelatihan TUB 	<p>Mengajar terbimbing oleh Yoga Wahyu P dan penilaian proses pembelajaran kelas IX A (permainan bola voli). Siswa mampu mempraktikan teknik dasar serve atas, serve bawah, dan passing bawah sesuai dengan kriteria penilaian</p> <p>Melatih petugas upacara untuk upacara hari senin tanggal 24 Agustus 2015 dengan petugas upacara kelas IX B</p>	<p>Waktu yang diberikan dalam melakukan penilaian passing terlalu singkat, sehingga siswa panik dalam melaksanakan penilaian</p> <p>Petugas upacara yang ditunjuk tidak sungguh-sungguh saat melakukan latihan</p>	<p>Guru harus menyesuaikan waktu yang diberikan dengan kemampuan siswanya.</p> <p>Memberikan ketegasan kepada seluruh petugas upacara untuk sungguh-sungguh saat menjalankan tugas</p>
6	Sabtu 22 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • 3S • Kegiatan keagamaan 	<p>Kegiatan senyum, sapa dan salam pukul 06.35 sampai 07.00 ini untuk mengajarkan kepada siswa untuk saling menghormati dan menumbuhkan sopan santun dalam diri siswa.</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM di kelas VII C • Konsultasi dengan dosen pembimbing 	<p>dan katolik di kelas VII C dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing kelas VII C (permainan bola basket). Siswa dapat mengetahui cara melakukan teknik dasar passing (chest pass, bounce pass, over head pass) dan shooting (under ring)</p> <p>Evaluasi KBM minggu pertama</p>		
--	--	--	---	--	--

Sleman, 22 Agustus 2015

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa,



Fathan Nurcahyo M.Or
NIP. : 19820711 200812 1 003



Sumaryana
NIP.:196309101984121009



— Muhamad Fadchurrohman
NIM. :12601241031



Universitas Negeri
Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL
ALAMAT SEKOLAH : JL. BALANGAN, BARONGAN, BANYUREJO, TEMPEL
GURU PEMBIMBING : SUMARYANA

NAMA MAHASISWA : MUHAMAD FADCHURROHMAN
NO. MAHASISWA : 12601241031
FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : FATHAN NURCAHYO, M.Or

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin/ 24 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none">• Upacara Bendera• Kegiatan keagamaan	<p>Upacara bendera rutin dilaksanakan pukul 07.00 di lapangan sekolah yang diikuti oleh seluruh warga SMP N 2 Tempel. Upacara berjalan dengan lancar, petugas upacara dari kelas IX B</p> <p>Mendampingi siswa melakukan</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM kelas IX B • Pembuatan RPP • Pendampingan ekstra sepak bola 	<p>kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik dikelas IX B dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penialian proses pembelajaran kelas IX B (permainan bola voli). Melakukan latihan dilanjutkan penilaian teknik dasar passing bawah ,serve atas, dan serve atas dalam permainan bola voli. KBM dilaksanakan pukul 08.00 – 10.00</p> <p>Mencari materi ajar tentang kebugaran dan senam lantai untuk kelas IX dan kelas VII</p> <p>Latihan penguasaan bola dan tendangan bola mati.</p>		
2	Selasa/ 25 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan PKS 	<p>Membantu PKS yang bertugas untuk menyeberangkan siswa dan bapak ibu guru demi keselamatan bersama. Dilaksanakan pada pukul 06.40 – 07.00 WIB</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • Ulangan bersama • KBM di kelas VII A • Pembuatan media 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik VII A dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Menjaga ulangan bersama dengan mata pelajaran bahasa Indonesia dimulai pukul 07.20 – 08.00. Siswa dikelas VII A mengerjakan dengan tertib dan bersungguh – sungguh.</p> <p>Mengajar terbimbing oleh Yoga Wahyu P dan penilaian proses pembelajaran kelas VII A (materi senam lantai). Siswa kelas VII dapat melakukan guling depan, guling belakang, dan meroda dengan baik. Saat penilaian juga dilakukan dengan maksimal.</p> <p>Dibuat tiga rangkaian gerak (guling depan, guling belakang, dan meroda)</p>	<p>Ada beberapa siswa yang tidak percaya dengan kemampuannya sendiri saat mengerjakan soal</p> <p>Saat penyampaian materi siswa masih bingung bagaimana melakukan guling depan, guling belakang, dan meroda dengan baik.</p>	<p>Menegur dan memberi motivasi untuk mengerjakan soal sendiri.</p> <p>Seharusnya saat pembelajaran menggunakan media gambar agar siswa dapat mencontoh gambar atau guru memberikan contoh cara melakukan dengan benar.</p>
--	--	--	---	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> • Pembuatan RPP 	Menyusun RPP dengan materi kebugaran untuk kelas IX dan senam lantai untuk kelas VII beserta format penilaian.		
3	Rabu/ 26 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan PKS • Kegiatan keagamaan • KBM kelas IX D 	<p>Membantu PKS yang bertugas untuk menyeberangkan siswa dan bapak ibu guru demi keselamatan bersama. Dilaksanakan pada pukul 06.40 – 07.00 WIB</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik dikelas IX D dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penialian proses pembelajaran kelas IX D (kebugaran jasmani) . Siswa dapat mengetahui latihan – latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani terkait dengan kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelentukan dengan baik dan benar.</p>	Lapangan yang ada kurang luas untuk latihan – latihan kebugaran. Salah satu pos yang di sediakan jaraknya terlalu jauh dengan pos yang lain.	Guru harus menyesuaikan luas lapanagan dengan materi yang akan diajarkan. Guru harus mobile untuk mengawasi latihan – latihan kebugaran.

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM kelas IX C • Ekstra Tari • Rekap nilai 	<p>Mengajar terbimbing oleh Yoga Wahyu P tentang penilaian proses pembelajaran kelas IX C (kebugaran jasmani)</p> <p>. Siswa dapat mengetahui latihan – latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani terkait dengan kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelentukan dengan baik dan benar.</p> <p>Ekstra tari dilaksanakan di depan kelas 9C pada pukul 13.00 – 14.00. tari yang diajarkan yaitu tari kupu dan tari abyor</p> <p>Melakukan rekap nilai untuk kelas IX</p>	Saat pemanasan ada salah satu kegiatan yang kurang sesuai dengan yang akan di ajarkan.	Mencari referensi untuk pemanasan yang sesuai dengan materi yang akan diberikan
4	Kamis/ 27 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • 3S • Kegiatan keagamaan 	<p>Kegiatan senyum, sapa dan salam pukul 06.30 sampai 07.00 ini untuk mengajarkan kepada siswa untuk saling menghormati dan menumbuhkan sopan santun dalam diri siswa.</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Pelaksanaan KBM di kelas VII B • Pendampingan latihan TUB • Rekap nilai 	<p>dan katolik di kelas VII B dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penilaian proses pembelajaran kelas VII B (materi senam lantai) . Siswa kelas VII dapat melakukan guling depan, guling belakang, dan meroda dengan baik. Saat penilaian juga dilakukan dengan maksimal. Pembelajaran dimulai pukul 07.20 – 09.20</p> <p>Latihan upacara yang petugas upacaranya dari kelas IX C. memberikan contoh tugas – tugas dan gerakan yang benar kepada petugas upacara dan langsung mencoba pelaksanaan.</p> <p>Merekap nilai start jongkok dalam nomor lari 50 m kelas VII</p>		
5	Jumat/ 28 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan PKS 	<p>Membantu PKS yang bertugas untuk menyeberangkan siswa dan bapak ibu guru demi keselamatan bersama. Dilaksanakan pada pukul 06.35 – 06.55 WIB</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Praktik Pelaksanaan KBM kelas IX A • KBM di kelas IX E • Pendampingan latihan upacara bendera 	<p>Mengajar terbimbing Yoga Wahyu P tentang penilaian proses pembelajaran kelas IX A (kebugaran jasmani) . Siswa dapat mengetahui latihan – latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani terkait dengan kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelentukan dengan baik dan benar.</p> <p>Mengajar terbimbing menggantikan guru yang tidak hadir karena tugas kelas khusus olahraga kelas IX E materi permainan bola voly . Dimulai pukul 09.15 – 11.15</p> <p>Para petugas mencoba melakukan sendiri tata upacara bendera</p>	Ada siswa yang mengalami cidera saat pembelajaran	Guru harus lebih waspada mengawasi siswanya saat pembelajaran berlangsung.
6	Sabtu/ 29 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • KBM di kelas VII C 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik di kelas VII C dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penilaian proses pembelajaran kelas VII C (</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan latihan upacara bendera. • Konsultasi dengan dosen pembimbing 	<p>materi senam lantai). Siswa kelas VII dapat melakukan guling depan, guling belakang, dan meroda dengan baik. Saat penilaian juga dilakukan dengan maksimal. Pembelajaran dimulai pukul 07.20 – 09.20</p> <p>Dilakukan gladi resik tata upacara bendera dikelas IX C</p> <p>Membahas pengisian matriks dan program PPL</p>		
--	--	---	---	--	--

Sleman, 29 Agustus 2015

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa,



Fathan Nurcahyo M.Or
NIP. : 19820711 200812 1 003



Sumaryana
NIP.:196309101984121009



Muhamad Fadchurrohman
NIM. :12601241031



Universitas Negeri
Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL
ALAMAT SEKOLAH : JL. BALANGAN, BARONGAN, BANYUREJO, TEMPEL
GURU PEMBIMBING : SUMARYANA

NAMA MAHASISWA : MUHAMAD FADCHURROHMAN
NO. MAHASISWA : 12601241031
FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : FATHAN NURCAHYO, M.Or

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin/ 31 Agustus 2015	• Upacara Bendera	Upacara bendera rutin dilaksanakan pukul 07.00 di lapangan sekolah yang diikuti oleh seluruh warga SMP N 2 Tempel. Upacara berjalan dengan lancar, petugas upacara dari kelas IX D dan Pembina mengajak semua siswa untuk menjaga kebersihan baik lingkungan ataupun kebersihan diri.		

		<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • KBM kelas IXB • Konsultasi dengan guru pembimbing 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik dikelas IX B dilanjutkan menyayi lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penialian proses pembelajaran kelas IX B (kebugaran jasmani). Siswa dapat mengetahui latihan – latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani terkait dengan kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelentukan dengan baik dan benar. Pembelajaran dimulai pukul 08.00 – 10.00</p> <p>Membahas pembagian jadwal dikarenakan salah satu guru penjas mendapatkan tugas dari dinas..</p>		
2	Selasa/ 01 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pembuatan RPP 	Mencari bahan ajar untuk penyusunan RPP. Materi kesehatan untuk kelas VII		

			dan Lempar lembing untuk kelas IX. Dilaksanakan mulai pukul 19.15 – 20.40		
3	Rabu/ 02 Setember 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pembuatan RPP 	Menyusun materi yang di dapat kedalam RPP yang akan digunakan sebagai panduan mengajar		
4	Kamis/ 03 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan • Pelaksanaan KBM di kelas VII B • Pelaksanaan KBM di kelas VIII E 	<p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik di kelas VII B dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya</p> <p>Mengajar terbimbing dan penilaian proses pembelajaran kelas VII B (materi kesehatan). Siswa kelas VII dapat menerapkan pola makan yang sehat dan pola hidup yang bersih dan sehat. Pembelajaran dimulai pukul 07.20 – 09.20.</p> <p>KBM dilaksanakan pada pukul 09.35-11.35 menggantikan guru yang</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Konsultasi dengan guru pembimbing 	<p>mendapat tugas dari dinas. Materi teknik smash dalam permainan bola voly.</p> <p>Membahas RPP yang dibuat dan revisi format penilaian</p>		
5	Jumat/ 04 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • 3S • KBM kelas VII E • KBM kelas IX E • Pembuatan laporan 	<p>Dilaksanakan oleh guru dan mahasiswa PPL. Hal yang dilakukan adalah Salam, Senyum, Sapa. Semua siswa menyalami guru dan mahasiswa</p> <p>KBM dilaksanakan pada pukul 07.00-09.00 menggantikan guru yang mendapat tugas dari dinas. Materi pengausaan bola dalam permainan sepak bola.</p> <p>KBM dilaksanakan pada pukul 09.15-11.15 menggantikan guru yang mendapat tugas dari dinas. Materi teknik smash dalam permainan bola voly.</p> <p>Penulisan catatan mingguan minggu 1 sampai 3</p>		
6	Sabtu/ 05 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan keagamaan 	Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil		

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM di kelas VII C • Pendampingan latihan upacara bendera 	<p>untuk yang Kristen dan katolik di kelas VII C dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing dan penilaian proses pembelajaran kelas VII C (materi kesehatan). Siswa kelas VII dapat menerapkan pola makan yang sehat dan pola hidup yang bersih dan sehat. Pembelajaran dimulai pukul 07.20 – 09.20.</p> <p>Gladi resik TUB petugas dari kelas IX D</p>	Petugas upacara yang susah diatur	
--	--	--	--	-----------------------------------	--

Sleman, 5 September 2015

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa,



Fathan Nurcahyo M.Or
NIP. : 19820711 200812 1 003



Sumaryana
NIP.:196309101984121009



Muhamad Fadchurrohman
NIM. :12601241031



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

Universitas Negeri
Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 TEMPEL
ALAMAT SEKOLAH : JL. BALANGAN, BARONGAN, BANYUREJO, TEMPEL
GURU PEMBIMBING : SUMARYANA

NAMA MAHASISWA : MUHAMAD FADCHURROHMAN
NO. MAHASISWA : 12601241031
FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : FATHAN NURCAHYO, M.Or

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin/ 7 September 2015	<ul style="list-style-type: none">• Upacara Bendera• Kegiatan keagamaan	<p>Upacara bendera rutin dilaksanakan pukul 07.00 di lapangan sekolah yang diikuti oleh seluruh warga SMP N 2 Tempel. Upacara berjalan dengan lancar, petugas upacara dari kelas IX D dan Pembina adalah bapak kepala sekolah H.sudarto mengajak semua siswa untuk mewujudkan visi dan misi sekolah.</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM kelas IX B • Pembuatan laporan 	<p>yang Kristen dan katolik dikelas IX B dilanjutkan menyanyi lagu Indonesia raya.</p> <p>KBM kelas IX B dengan materi lempar lembing. Siswa dapat mengetahui teknik memegang dan melempar lembing dalam nomor lempar diatletik, dilaksanakan pada pukul 08.00-10.00.</p> <p>Membuat laporan mingguan minggu ke 4 dan analisis lingkungan.</p>		
2	Selasa / 8 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • 3S • Kegiatan keagamaan 	<p>Kegiatan senyum, sapa dan salam pukul 06.30 sampai 07.00 ini untuk mengajarkan kepada siswa untuk saling menghormati dan menumbuhkan sopan santun dalam diri siswa.</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik VII A dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Ulangan bersama • KBM dikelas VIII D • Konsultasi dengan guru pembimbing. • Pembuatan laporan 	<p>Menjaga ulangan bersama dengan mata pelajaran matematika dimulai pukul 07.20 – 08.00. Siswa dikelas VII A mengerjakan dengan tertib dan bersungguh – sungguh.</p> <p>Mengajar terbimbing menggantikan guru yang mendapatkan tugas sebagai pendamping dalam event POPNAS di Jawa Barat. Materi ajar teknik dasar passing dan serve dalam permainan bola voly.</p> <p>Membahas Program tahunan dan program semester dari guru pembimbing.</p> <p>Mengerjakan bab I-II</p>	Terdapat beberapa soal yang salah.	Ada revisi soal dan jawaban dari guru mata pelajaran matematika.
	Rabu / 9 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • 3S • Kegiatan keagamaan 	<p>Kegiatan senyum, sapa dan salam pukul 06.40 sampai 07.00 ini untuk mengajarkan kepada siswa untuk saling menghormati dan menumbuhkan sopan santun dalam diri siswa.</p> <p>Mendampingi siswa melakukan kegiatan keagamaan yang dengan membaca kitab suci alquran untuk muslim dan injil untuk yang Kristen dan katolik dikelas IX D</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • KBM kelas IX D • Pendampingan latihan TUB • Pembuatan laporan • Revisi RPP 	<p>dilanjutkan menyanyikan lagu Indonesia raya.</p> <p>Mengajar terbimbing di kelas IX D dengan materi lempar lembing. Siswa sapat melakukan taknik memegang dan melempar lmbing dengan baik dan benar. Dilaksanakan pada pukul 07.20 – 09.20 Latihan tata upacara bendera untuk hari senin dengan petugas dadi kelas IX E</p> <p>Bab I</p> <p>Merevisi RPP materi pembelajaran kebugaran untuk kelas IX dan kesehatan untuk kelas VII</p>	Petugas yang asal-asalan dan bercanda	Memberi ketegasan saat latihan.
--	--	---	--	---------------------------------------	---------------------------------

	Kamis / 10 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • KBM di kelas VIII C • Rekap nilai • Konsultasi dengan dosen pembimbing • Pendampingan ekstra kurikuler sepak bola 	<p>Mengajar terbimbing menggantikan guru yang mendapat tugas dari dinas untuk mendampingi kontingen Yogyakarta pada event POPNAS di Jawa Barat</p> <p>Rekap nilai kebugaran kelas IX dan VII</p> <p>Membahas matriks PPL, penyusunan laporan, dan evaluasi.</p> <p>Memberikan latihan 3 lawan 1 untuk latihan possession untuk persiapan kunjungan ke SMP N 1 Karangrayung Grobogan Jawa Tengah.</p>		
	Jumat / 13 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan latihan TUB • Pembuatan laporan 	<p>Gladi resik tata upacara bendera untuk hari senin. Petugas kelas IX E</p> <p>Laporan mingguan minggu ke 5 , BAB I-III</p>		
	Sabtu / 12 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Pendampingan kunjungan kelas khusus olahraga SMP N 2 Tempel 	<p>Dilakukan kunjungan kelas khusus olahraga ke SMP N 1 Karangrayung kabupaten Grobogan Jawa tengah guna berbagi ilmu antar sekolahan. Kunjungan ini juga sebagai laga persahabatan cabor sepak bola, voley, dan bulu tangkis. Kunjungan dimulai dari pukul 08.00-13.30</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> • Pembuatan Laporan 	<p>WIB.</p> <p>Menylesaikan isi laporan dan lampiran-lampiran</p>		
	Senin / 13 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Perpisahan dan penarikan mahasiswa PPL UNY 2015 	<p>Perpisahan dilakukan saat upacara bendera dengan permintaan maaf yang diwakilkan oleh ketua PPL UNY 2015 SMP N 2 Tempel sekaligus penyerahan kenang-kenangan dan poster kebersihan untuk lingkungan SMP N 2 Tempel. Pada pukul 11.00-12.00 dilakukan penarikan oleh DPL pamong.</p>		

Sleman, 12 September 2015

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan



Fathan Nurcahyo M.Or
NIP. : 19820711 200812 1 003

Guru Pembimbing



Sumaryana
NIP.:196309101984121009

Mahasiswa,



Muhamad Fadchurrohman
NIM. :12601241031

DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Program : VII C

No	Nama Peserta Didik	L/P	Tanggal			
			15/08/2015	22/08/2015	29/08/2015	05/09/2015
1	Aina Yuca Putri Andriyan	P	v	v	v	v
2	Ana Sulisti Khanah	P	v	v	v	v
3	Annisa Rahmawati	P	v	v	v	v
4	Arnia Pramudita	P	v	v	v	v
5	Bagas Nur Muhammad	L	v	v	v	v
6	Bela Puspitasari	P	v	v	v	v
7	Damar Kurnia Saputra	L	v	v	v	v
8	Dian Aji Irfandy Wijanarko	L	v	v	s	v
9	Dinda Merlita	P	v	v	v	v
10	Etika Indriyani	P	v	v	v	v
11	Fadzilah Nur Apriyanto	L	v	v	v	v
12	Fatikhatus Shifa Salsabila	P	v	v	v	v
13	Guntur Setiawan Fajar Prihantoro	L	v	v	v	v
14	Haya Fauz Afifah	P	v	v	v	v
15	Ivan Ari Kurniawan	L	v	v	s	v
16	Khoirul Anam	L	v	v	v	v
17	Lugman Setyadi	L	v	v	v	v
18	Maryana Eka Utami	P	v	v	v	v
19	Muhammad Ikhsan Satritama	L	v	v	v	v
20	Muhammad Nur Thoyib	L	v	v	v	v
21	Mujianto	L	v	v	v	v
22	Rada Trisnani Risqi	P	v	v	v	v
23	Rikanita Lindafari	P	v	v	v	v
24	Riska Nuryanti	P	v	v	v	v
25	Rudi Wijayanto	L	v	v	v	v
26	Rufidan Husain	L	s	s	s	v
27	Sindi Ayu Triastuti	P	v	v	v	v
28	Syafa' Kurnia Romadhoni	P	v	v	v	v
29	Taufik Kurniawan	L	v	v	v	v
30	Tri Cahyaningrum	P	v	v	v	v
31	Tri Retnoningsih	P	v	v	v	v
32	Yasmine Putri Andrian	P	v	v	v	v

Mengetahui :

Tempel, 8 September 2015

Guru Pembimbing



Sumaryana

NIP. 196309101984121009

Mahasiswa PPL



Muhamad Fadchurrohman

NIM. 12601241031

DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Program : IX B

No	Nama Peserta Didik	L/P	Tanggal	
			24/08/2015	31/08/2015
1	Alif Khoiru Fajarudien	L	v	v
2	Anhar Zukhruf Mahfudza	L	v	v
3	Aufiq Geny Andito	L	v	v
4	Bayu Kurniawan	L	v	v
5	Bernadius Ade Nugroho W	L	v	v
6	Dwi Triyanto	L	v	v
7	Endah Cahyaningtyas	P	v	v
8	Fajar Kurniawan	L	v	v
9	Lina Ervita Mailani	P	v	v
10	Muhammad Nur Cahyanto	L	v	v
11	Muhammad Rizqi Fahrizal	L	v	v
12	Nasiyatul Azizah	P	v	v
13	Novita Andriyani	P	v	v
14	Nurdin Abdul Aziz	L	v	v
15	Pangestu Romadhon	P	v	v
16	Rhema Duta Lourenza	L	v	v
17	Rina Oktafiani	L	v	v
18	Riska Arfiyani	L	v	v
19	RR. Ayu Wulandari	L	v	v
20	Silvia Venda Kirana	L	v	v
21	Sri Nurhayati	L	v	v
22	Suwindi Setiawanto	L	v	v
23	Toni Harfian Okta Perdana K	L	v	v
24	Yenanda Prastyawan	L	x	x
25	Yuni Aprilia	P	v	v

Mengetahui : Tempel, 8 September 2015

Guru Pembimbing



Sumaryana

NIP. 196309101984121009

Mahasiswa PPL



Muhamad Fadchurrohman

NIM. 12601241031

DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Program : IX D

No	Nama Peserta Didik	L/P	Tanggal		
			12/08/2015	19/08/2015	26/08/2015
1	Adji Wahyu Adhi Syahputro	L	v	v	v
2	Aqil Setya Saputra	L	v	v	v
3	Aldi Rizki Pratama	L	v	v	v
4	Anliya	P	v	v	v
5	Aprianto	L	v	v	v
6	Avista Candra Dewi	P	v	v	v
7	Deva Putra Anggara	L	v	s	v
8	Dhimas Wahyu Prasetya	L	v	v	v
9	Dini Sitatun Nur Hidayatullah	P	v	v	v
10	Erlina Suprihatin	P	v	v	v
11	Felindra Putu Pratama	L	v	v	v
12	Muh Ilham Khusnul Mafaza	L	v	v	v
13	Muhammad Adham Andika	L	v	v	v
14	Nadia Noviyanti	P	v	v	v
15	Nasihatul Fatkhiyah	P	v	v	v
16	Novia Rohmala Sulistyaningsih	P	v	v	v
17	Rahma Istanur	P	v	v	v
18	Rangga Riat Madja	L	v	v	v
19	Ridha Agus Santosa	L	v	v	v
20	Ryan Fajar Ramadhan	L	v	v	v
21	Seputri Dwi Rina Anggraini	P	v	v	v
22	Tri Ismiyati	P	v	v	v
23	Vicki Febriyanto	L	v	v	v
24	Wahyu Rahmawati	P	v	v	v

Mengetahui : Tempel, 8 September 2015

Guru Pembimbing



Sumaryana

NIP. 196309101984121009

Mahasiswa PPL



Muhamad Fadchurrohman

NIM. 12601241031

DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan
 : SMP Negeri 2 Tempel

Mata Pelajaran
 : PJOK

Kelas/ Program
 : VII B

No	Nama Peserta Didik	L/P	Tanggal			
			13/08/2015	20/08/2015	27/08/2015	03/09/2015
1	Adinda putri triasnasih	P	v	v	v	v
2	Agi Gilang Oktavian	L	v	v	v	v
3	Ahmad Iqbal Baihaqi	L	v	v	v	v
4	Andi Idham Samawi	L	v	v	v	v
5	Andriyanto	L	v	v	v	v
6	Choirul Minan	L	v	v	v	v
7	Destiana Dwi Putri Aristianto	P	v	v	v	v
8	Deva Setyawan	L	v	v	s	v
9	Dewi Khusniati	P	v	v	v	v
10	Eriana Putri Setiowati	P	v	v	v	v
11	Eta Rahmawati	P	v	v	v	v
12	Febriana Trisnawati	P	v	v	s	v
13	Fitria Widya Ningrum	P	v	v	v	v
14	Gigih Arif Rahmawan	L	v	v	v	v
15	Ida Nurlia Ningsih	P	v	v	v	v
16	Indah Porwandari	P	v	v	v	v
17	Ivan Bagaskara Kartasasmita	L	v	v	v	v
18	Maya Angel Dwi Jayanti	P	v	v	v	v
19	Muhammad Akbar Firmansyah	L	v	v	v	v
20	Muhammad Ikhsanuddin	L	v	v	v	v
21	Nadiva Dwi Perwita	P	v	v	v	v
22	Nanda Iswara	P	v	v	v	v
23	Natasya Dewanti	P	v	v	v	v
24	Novita Riyanti	P	v	v	v	v
25	Nurul Ana Asodiq	L	v	v	v	v
26	Reni Yuniarti	P	v	v	v	v
27	Rika Priani	P	v	v	v	v
28	Riswanto Nugroho	L	v	v	v	v
29	Siba Rizki	L	v	v	v	v
30	Sigit Nugroho	L	v	v	v	v
31	Siti Aisyah Wahyu Pertiwi	P	v	v	v	v
32	Yosef Melkiesedek Andhika Dwiatmojo	L	v	v	v	v

Mengetahui :
 Tempel, 8 September 2015

Guru Pembimbing
 
 Sumaryana
 NIP. 196309101984121009

Mahasiswa PPL
 
 Muhamad Fadchurrohman
 NIM. 12601241031

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Program : VII B

No	Nama Peserta Didik	L/P	Lari Jarak Pendek								Senam Lantai								UH Kesehatan			
			1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas		1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas		N	%KTP	Tuntas	
			4	4	4	4	16		Ya	Tdk	4	4	4	4	16		Ya	Tdk	100		Ya	Tdk
1	Adinda putri triasnasih	P	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	4	2	3	3	12	75	70	tdk	n	n	n	ya
2	Agi Gilang Oktavian	L	4	3	4	3	14	87,5	88	ya	4	4	3	3	14	87,5	88	ya	70	70	70	tdk
3	Ahmad Iqbal Baihaqi	L	3	4	2	4	13	81,25	88	ya	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	68	68	68	tdk
4	Andi Idham Samawi	L	3	4	3	4	14	87,5	88	ya	4	4	3	3	14	87,5	88	ya	75	75	75	tdk
5	Andriyanto	P	4	3	2	3	12	75	70	tdk	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	80	80	80	ya
6	Choirul Minan	L	4	3	3	4	14	87,5	88	ya	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	65	65	65	tdk
7	Destiana Dwi Putri Aristianto	P	2	4	3	4	13	81,25	88	ya	3	3	3	3	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
8	Deva Setyawan	L	3	4	3	4	14	87,5	88	ya	3	3	3	2	11	68,75	60	tdk	75	75	75	tdk
9	Dewi Khusniati	P	4	4	3	3	14	87,5	88	ya	4	3	3	2	12	75	70	tdk	80	80	80	ya
10	Eriana Putri Setiowati	P	4	3	2	2	11	68,75	60	tdk	3	3	3	2	11	68,75	60	tdk	75	75	75	tdk
11	Eta Rahmawati	P	4	3	3	2	12	75	70	tdk	3	3	2	2	10	62,5	60	tdk	80	80	80	ya
12	Febriana Trisnawati	P	3	3	3	3	12	75	70	tdk					0	0	60	tdk	75	75	75	tdk
13	Fitria Widya Ningrum	P	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	3	3	2	3	11	68,75	60	tdk	85	85	85	ya
14	Gigih Arif Rahmawan	L	3	2	4	3	12	75	70	tdk	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	80	80	80	ya
15	Ida Nurlia Ningsih	P	3	3	3	4	13	81,25	88	ya	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	73	73	73	tdk
16	Indah Porwandari	P	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	4	3	3	2	12	75	70	tdk	83	83	83	ya
17	Ivan Bagaskara Kartasasmita	L	3	4	3	2	12	75	70	tdk	3	3	3	2	11	68,75	60	tdk	78	78	78	ya
18	Maya Angel Dwi Jayanti	P	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	3	3	2	3	11	68,75	60	tdk	75	75	75	tdk
19	Muhammad Akbar Firmansyah	L	2	3	2	4	11	68,75	60	tdk	4	4	4	3	15	93,75	90	ya	78	78	78	ya
20	Muhammad Ikhsanuddin	L	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	3	3	3	3	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
21	Nadiva Dwi Perwita	P	4	3	3	2	12	75	70	tdk	4	3	2	2	11	68,75	60	tdk	78	78	78	ya
22	Nanda Iswara	P	3	4	3	2	12	75	70	tdk	4	3	2	3	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
23	Natasya Dewanti	P	3	3	3	3	12	75	70	tdk	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	70	70	70	tdk
24	Novita Riyanti	P	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	4	3	3	2	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
25	Nurul Ana Asodiq	L	4	2	3	4	13	81,25	88	ya	4	4	4	3	15	93,75	90	ya	83	83	83	ya
26	Reni Yuniarti	P	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	3	2	3	3	11	68,75	60	tdk	75	75	75	tdk
27	Rika Priani	P	4	4	3	3	14	87,5	88	ya	4	3	2	2	11	68,75	60	tdk	85	85	85	ya
28	Riswanto Nugroho	L	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	70	70	70	tdk
29	Siba Rizki	L	4	2	4	4	14	87,5	88	ya	4	4	3	4	15	93,75	90	ya	80	80	80	ya
30	Sigit Nugroho	L	3	3	3	4	13	81,25	88	ya	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	75	75	75	tdk
31	Siti Aisyah Wahyu Pertiwi	P	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	90	90	90	ya
32	Yosef Melkiesedek Andhika Dwiatri	L	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	3	4	4	3	14	87,5	88	ya	75	75	75	tdk

Mengetahui :

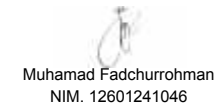
Guru Pembimbing


Sumaryana

NIP. 196309101984121009

Tempel, 8 September 2015

Mahasiswa PPL


Muhamad Fadchurrohmah
NIM. 12601241046

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Program : IX D

No	Nama Peserta Didik	L/P	Bola Voli								Kebugaran								
			1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas		1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas		
			4	4	4	4	16		Ya	Tdk	4	4	4	4	16		Ya	Tdk	
1	Adji Wahyu Adhi Syahputro	L	4	4	4	3	4	15	93,75	90	ya	4	4	4	4	14	87,5	88	ya
2	Agil Setya Saputra	L	4	3	3	2	12	75	75	70	tdk	4	3	4	3	14	87,5	88	ya
3	Aldi Rizki Pratama	L	3	3	3	2	11	68,75	68,75	60	tdk	3	2	3	4	12	75	70	tdk
4	Anliya	P	3	2	2	1	8	50	50	60	tdk	2	3	2	4	11	68,75	60	tdk
5	Aprianto	L	3	4	2	2	11	68,75	68,75	60	tdk	3	4	4	4	15	93,75	90	ya
6	Avista Candra Dewi	P						0	0	60	tdk					0	0	60	tdk
7	Deva Putra Anggara	L	3	2	2	2	9	56,25	56,25	60	tdk	3	4	3	4	14	87,5	88	ya
8	Dhimas Wahyu Prasetya	L	3	4	4	4	15	93,75	93,75	90	ya	4	3	3	3	13	81,25	88	ya
9	Dini Sitatun Nur Hidayatullah	P	4	3	3	2	12	75	75	70	tdk	3	4	3	4	14	87,5	88	ya
10	Erlina Suprihatin	P	3	2	2	2	9	56,25	56,25	60	tdk	3	2	2	4	11	68,75	60	tdk
11	Felindra Putu Pratama	L	3	4	2	2	11	68,75	68,75	60	tdk	3	2	3	4	12	75	70	tdk
12	Muh Ilham Khusnul Mafaza	PL	3	3	2	2	10	62,5	62,5	60	tdk	2	3	1	4	10	62,5	60	tdk
13	Muhammad Adham Andika	L	3	3	1	2	9	56,25	56,25	60	tdk	4	4	2	4	14	87,5	88	ya
14	Nadia Noviyanti	P	3	3	2	2	10	62,5	62,5	60	tdk	3	3	2	4	12	75	70	tdk
15	Nasihatul Fatkhiyah	P	3	3	2	2	10	62,5	62,5	60	tdk	3	2	3	4	12	75	70	tdk
16	Novia Rohmala Sulistyaningsih	P	4	2	2	2	10	62,5	62,5	60	tdk	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
17	Rahma Istanur	P	3	3	2	3	11	68,75	68,75	60	tdk	2	3	3	4	12	75	70	tdk
18	Rangga Riat Madja	L	3	4	2	3	12	75	75	70	tdk	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
19	Ridha Agus Santosa	L	2	3	2	3	10	62,5	62,5	60	tdk	3	4	3	4	14	87,5	88	ya
20	Ryan Fajar Ramadhan	L	3	3	2	2	10	62,5	62,5	60	tdk	2	3	3	3	11	68,75	60	tdk
21	Seputri Dwi Rina Anggraini	P	4	3	3	3	13	81,25	81,25	88	ya	3	4	3	4	14	87,5	88	ya
22	Tri Ismiyati	P	4	4	3	2	13	81,25	81,25	88	ya	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
23	Vicki Febriyanto	L	4	4	2	3	13	81,25	81,25	88	ya	2	3	3	3	11	68,75	60	tdk
24	Wahyu Rahmawati	P	3	3	2	2	10	62,5	62,5	60	tdk	2	3	3	4	12	75	70	tdk

Mengetahui :

Tempel, 9 September 2015

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/ Program : IX B

No	Nama Peserta Didik	L/P	Bola Voli								Kebugaran							
			1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas		1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas	
			4	4	4	4	16		Ya	Tdk	4	4	4	4	16		Ya	Tdk
1	Alif Khoiru Fajarudien	L	3	3	3	4	13	81,25	88	ya	3	3	4	4	14	87,5	88	ya
2	Anhar Zukhruf Mahfudza	L	3	3	2	2	10	62,5	60	tdk	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
3	Aufiq Geny Andito	L	3	3	2	3	11	68,75	60	tdk	2	1	3	4	10	62,5	60	tdk
4	Bayu Kurniawan	L	2	2	2	2	8	50	60	tdk	2	2	1	4	9	56,25	60	tdk
5	Bernadius Ade Nugroho W	L	3	3	4	4	14	87,5	88	ya	3	4	3	4	14	87,5	88	ya
6	Dwi Triyanto	L	3	3	2	2	10	62,5	60	tdk	2	2	2	4	10	62,5	60	tdk
7	Endah Cahyaningtyas	P	3	3	2	2	10	62,5	60	tdk	3	3	4	4	14	87,5	88	ya
8	Fajar Kurniawan	L	4	4	4	2	14	87,5	88	ya	4	4	4	3	15	93,75	90	ya
9	Lina Ervita Mailani	P	4	4	3	4	15	93,75	90	ya	4	2	3	4	13	81,25	88	ya
10	Muhammad Nur Cahyanto	L	3	3	2	3	11	68,75	60	tdk	2	3	2	4	11	68,75	60	tdk
11	Muhammad Rizqi Fahrizal	L	2	2	2	2	8	50	60	tdk	2	3	4	4	13	81,25	88	ya
12	Nasiyatul Azizah	P	4	4	2	3	13	81,25	88	ya	3	2	1	4	10	62,5	60	tdk
13	Novita Andriyani	P	2	3	2	2	9	56,25	60	tdk	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
14	Nurdin Abdul Aziz	L	3	3	3	2	11	68,75	60	tdk	4	3	3	4	14	87,5	88	ya
15	Pangestu Romadhon	L	4	3	3	4	14	87,5	88	ya	3	3	4	4	14	87,5	88	ya
16	Rhema Duta Lourenza	P	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	2	2	2	4	10	62,5	60	tdk
17	Rina Oktafiani	P	3	3	2	3	11	68,75	60	tdk	3	2	4	4	13	81,25	88	ya
18	Riska Arfiyani	P	2	2	2	1	7	43,75	60	tdk	3	2	2	3	10	62,5	60	tdk
19	RR. Ayu Wulandari	P	3	3	2	1	9	56,25	60	tdk	2	3	3	3	11	68,75	60	tdk
20	Silvia Venda Kirana	P	3	3	2	3	11	68,75	60	tdk	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
21	Sri Nurhayati	P	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	1	3	2	4	10	62,5	60	tdk
22	Suwindi Setiawanto	L	4	4	3	4	15	93,75	90	ya	3	4	2	4	13	81,25	88	ya
23	Toni Harfian Okta Perdana K	L	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	3	3	3	4	13	81,25	88	ya
24	Yenanda Prastyawan	L					0	0	60	tdk	4	3	3	4	14	87,5	88	ya
25	Yuni Aprilia	P	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	3	3	3	4	13	81,25	88	ya

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Program : VII C

No	Nama Peserta Didik	L/P	Senam Lantai							UH Kesehatan				
			1	2	3	4	Jml	%KTP	Tuntas		N	%KTP	Tuntas	
			4	4	4	4	16		Ya	Tdk	100		Ya	Tdk
1	Aina Yuca Putri Andriyan	P	4	3	4	3	14	87,5	88	ya	80	80	80	ya
2	Ana Sulisti Khanah	P	3	2	3	3	11	68,75	60	tdk	78	78	78	ya
3	Annisa Rahmawati	P	4	2	2	3	11	68,75	60	tdk	85	85	85	ya
4	Amia Pramudita	P	4	4	3	1	12	75	70	tdk	85	85	85	ya
5	Bagas Nur Muhammad	L	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	80	80	80	ya
6	Bela Puspitasari	P	3	3	3	3	12	75	70	tdk	75	75	75	tdk
7	Damar Kurnia Saputra	L	4	3	3	3	13	81,25	88	ya	78	78	78	ya
8	Dian Aji Irfandy Wjanarko	L	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	78	78	78	ya
9	Dinda Merita	P	4	3	2	3	12	75	70	tdk	90	90	90	ya
10	Etika Indriyani	L	4	4	3	2	13	81,25	88	ya	92	92	92	ya
11	Fadzilah Nur Apriyanto	L	4	3	2	3	12	75	70	tdk	80	80	80	ya
12	Fatikhatus Shifa Salsabila	P	4	3	2	3	12	75	70	tdk	83	83	83	ya
13	Guntur Setiawan Fajar Prihantoro	L	4	4	3	3	14	87,5	88	ya	86	86	86	ya
14	Haya Fauz Afifah	P	3	3	3	4	13	81,25	88	ya	88	88	88	ya
15	Ivan Ari Kurniawan	L	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	70	70	70	tdk
16	Khoirul Anam	L	4	4	2	3	13	81,25	88	ya	80	80	80	ya
17	Luqman Setyadi	L	4	3	2	3	12	75	70	tdk	75	75	75	tdk
18	Maryana Eka Utami	P	4	2	2	4	12	75	70	tdk	83	83	83	ya
19	Muhammad Ikhsan Satritama	L	4	4	2	3	13	81,25	88	ya	78	78	78	ya
20	Muhammad Nur Thoyib	L	4	3	2	3	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
21	Mujianto	L	4	3	2	3	12	75	70	tdk	85	85	85	ya
22	Rada Trisnani Risqi	P	4	3	2	3	12	75	70	tdk	85	85	85	ya
23	Rikanita Lindafari	P	3	2	3	3	11	68,75	60	tdk	80	80	80	ya
24	Riska Nuryanti	P	4	3	3	2	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
25	Rudi Wijayanto	L	4	4	3	3	14	87,5	88	ya	78	78	78	ya
26	Rufidan Husain	L	3	4	3	3	13	81,25	88	ya	78	78	78	ya
27	Sindi Ayu Triastuti	P	3	2	2	2	9	56,25	60	tdk	78	78	78	ya
28	Syafa' Kurnia Romadhoni	P	4	2	3	3	12	75	70	tdk	88	88	88	ya
29	Taufik Kurniawan	L	3	3	3	3	12	75	70	tdk	78	78	78	ya
30	Tri Cahyaningrum	P	4	4	2	3	13	81,25	88	ya	75	75	75	tdk
31	Tri Retnoningsih	P	4	4	2	3	13	81,25	88	ya	90	90	90	ya
32	Yasmine Putri Andrian	P	4	3	2	3	12	75	70	tdk	78	78	78	ya

Mengetahui :

Tempel, 8 September 2015

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Sumaryana
NIP. 196309101984121009

Muhamad Fadchurrohman
NIM. 12601241031

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 2 TEMPEL
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX/ I

Standar Kompetensi*

- 2. Mempraktikkan jenis latihan beban dengan alat sederhana untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 2.1 Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan
- 2.2 Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri

Alokasi Waktu : 1x3x40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan latihan untuk kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan dengan menggunakan alat sederhana melalui sirkuit training dengan baik
- b. Siswa dapat mengetahui jenis-jenis latihan kebugaran sesuai dengan kebutuhan

❖ Karakter siswa yang diharapkan :
Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Pembelajaran

- Kebugaran jasmani
- Latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan dengan menggunakan alat sederhana melalui sirkuit training

C. Metode Pembelajaran

- penugasan
- resiprokal/timbal-balik

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan (20 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi ajar. Menjelaskan tujuan pembelajaran pada peserta didik mengenai apa

yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.

f. Pemanasan

Pemanasan Statis

1. Siswa tetap pada barisan, kemudian dikomando untuk ambil antara dua lengan. Melakukan gerakan yg ada pada gambar dibawah ini secara urut. Siswa menghitung 1-8 secara bergantian. Tujuannya agar meregangkan otot pada lengan, punggung dan kaki.



2. Untuk pemanasan berkaitan dengan kelenturan siswa berpasangan dengan menempelkan kedua telapak tangannya, kemudian saling mendorong. Setelah tangan kemudian telapak kaki di tempelkan tangan berpegangan dan saling tarik-menarik.
3. Untuk pemanasan kecepatan dan daya tahan dengan fartlek selama 3 menit.

a. Kegiatan Inti (85 menit)

Explorasi

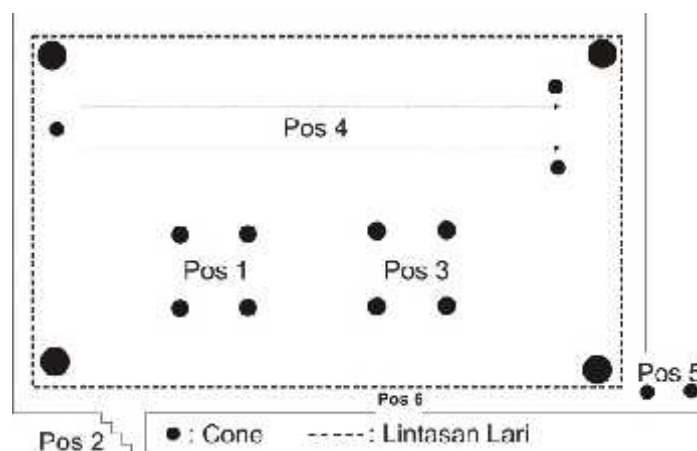
- 1) Di kelas siswa diputarkan video tentang sirkuit training, kemudian ke lapangan untuk praktik kebugaran.
- 2) Siswa diberi beberapa contoh program latihan kebugaran
- 3) Pertama-tama adalah latihan daya tahan, yaitu dengan fartlek. Siswa diminta berlari dengan tempo lari, sprint, jalan selama 5 menit
- 4) Kemudian siswa diberi latihan kelentukkan dengan beberapa tipe peregangan, dan memaksimalkan kemampuan seluruh sendi gerak tubuh siswa.
- 5) Setelah itu siswa mencoba latihan kelincahan dan kecepatan, yaitu dengan lari zig zag melewati cone dilanjutkan sprint.
- 6) Terakhir siswa mencoba latihan koordinasi dengan memantulkan bola kasti ke tembok dengan menggunakan tangan kanan dan kiri secara bergantian

Elaborasi

Pelaksanaan pembelajaran latihan kebugaran

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan diajarkan, yaitu latihan kebugaran dengan sirkuit training.
- 2) Guru menjelaskan kepada siswa mengenai 4 aspek latihan yang akan dilaksanakan yaitu kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukkan.
- 3) Program latihan kekuatan adalah dengan Push Up dan Sit Up
- 4) Program latihan kecepatan yaitu dengan lari sprint sejauh 40m
- 5) Latihan daya tahan dengan naik turun tangga selama mungkin dan lari keliling lapangan selama 6 menit
- 6) Latihan kelentukkan dengan memindahkan bola ke dalam keranjang
- 7) Guru memberi penjelasan mengenai konsep sirkuit training, dan menjelaskan apa yang harus dilakukan oleh siswa.
- 8) Sirkuit training adalah latihan dengan menggunakan beberapa pos, masing masing pos memiliki program latihan yang berbeda
- 9) Siswa dibagi menjadi 6 kelompok, masing-masing kelompok mengisi 1 pos, siswa berpindah pos dalam jangka waktu 8 menit dengan diberi aba-aba oleh guru. Setiap kelompok memiliki catatan hasil latihan dengan menulis hasil dari program latihan yang telah dilaksanakan pada pos tersebut.
- 10) Guru mengapresiasi dan memotivasi siswa, serta membetulkan gerakan siswa yang salah.

Sirkuit Training Kebugaran



Pos 1 : Push Up (Kekuatan Lengan)

- 1) posisi tubuh telungkup diatas lantai dengan kedua kaki dirapatkan lurus dibelakang.
- 2) posisi tubuh sejajar dengan lantai dan ujung kaki bertumpu pada lantai.
- 3) kedua telapak tangan berada di samping dada dengan kedua siku ditekuk.jari-jari tangan menghadap ke lantai.

4) selanjutnya, badan diangkat ke atas dengan meluruskan lengan, badan, dan kaki merupakan garis lurus.

Pos 2 : Naik Turun Tangga (Daya Tahan)

- Siswa melakukan naik turun tangga semampu siswa, catat durasi latihan.

Pos 3 : Sit Up (Kekuatan Perut)

- Siswa melakukan gerakan sit up selama 1 menit, hitung hasil latihan yang di capai

Latihan sit-up bertujuan untuk menguatkan otot perut. berikut ini cara melakukan sit-up.

- 1) posisi tubuh tidur terlentang, dengan kedua lutut ditekuk, dan kedua tangan berada dibelakang utara.
- 2) selanjutnya badan diangkat ke atas hingga siku menyentuh lutut atau paha. jika kalian masih merasa kesulitan, kalian dapat meminta bantuan teman untuk memegang kaki agar tidak bergerak.
- 3) setelah badan terangkat dalam posisi duduk, kembalikan tubuh pada posisi semula dengan kedua tangan tetap berada di belakang kepala.

Pos 4: Sprint (Kecepatan)

- Siswa melakukan lari secepat-cepatnya sejauh 30 meter, catat perolehan waktunya.

Pos 5: Pindah Bola (Kelentukan)

- Siswa duduk dengan kaki lurus dan rapat, bola diapit menggunakan jempol kaki.
- Siswa berusaha mengambil bola tersebut, kemudian memasukkannya ke dalam keranjang yang ada di belakang nya dengan membawa bola menggunakan kedua tangan melalui samping kanan dan kiri bergantian.
- Lakukan dengan menggunakan 4 buah bola dan catat jumlah bola yang masuk ke dalam keranjang tanpa menjatuhkan bola ke lantai.

Pos 6: Lari Daya Tahan

- Siswa lari mengelilingi arena selama 6 menit tidak boleh jalan atau berhenti, kemudian hitung jumlah putaran yang sudah dilalui.

Siswa melakukan sirkuit training sesuai pos yang sudah di tentukan. Pada pos 1 dan 3 melakukan gerakan dengan waktu 60 detik, pos ke 2

melakukan gerakan naik turun tangan selama mungkin, pos 4 melakukan sprint jarak pendek secepat mungkin, pos 5 memindahkan bola sebanyak 4 kali kesempatan, pos 6 melakukan lari selama 6 menit.
Dengan waktu istirahat selama 45 detik

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik,
- ☞ memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber,
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan,
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar:
 - berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar;
 - membantu menyelesaikan masalah;
 - memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi;
 - memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh;
 - memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif.

3. Kegiatan Penutup (15 Menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran;
- ☞ melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram;
- ☞ memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran;
- ☞ merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- ☞ Siswa melakukan cooling down dengan cara permainan sederhana. Siswa bersama sama memindahkan sebuah benteng sejauh mungkin. Bentengnya diinjak dan berusaha di pindahkan.

E. Sumber Belajar dan Alat

- Ruang terbuka yang datar dan aman (Bangsal senam)
- Buku teks
- Buku referensi, , ***Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII,***
- Lembar Kerja Proses Belajar, ***Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan***

F. Sumber Belajar

1. Ruangan yang cukup luas datar dan nyaman
2. Cone 17 buah
3. Bola voli 8 buah
4. Bola kasti 6 buah

5. 2 keranjang
6. Peluit, jam tangan, dan stopwatch
7. Buku Referensi

G. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor • Melakukan Latihan kebugaran	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	• Lakukan Latihan kebugaran!
Aspek Kognitif • Mengetahui latihan kebugaran	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	• Jelaskan cara melakukan Latihan kebugaran dengan baik dan benar?
Aspek Afektif • Kedisiplinan, tanggung jawab dan keberanian	Tes observasi	Lembar observasi	• Melakukan kedisiplinan, tanggung jawab dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
 Melakukan Latihan kebugaran
 Keterangan: Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):
 Selama melakukan latihan kebugaran amati perilaku siswa, terutama dalam aspek kedisiplinan, keberanian, dan tanggung jawab
 Keterangan:

Berikan tanda cek (\checkmark) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\checkmark) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlahskor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak latihan kebugaran.

Keterangan: Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

$$\text{Nilai akhir} = \boxed{\text{Nilai tes unjuk kerja} + \text{nilai observasi} + \text{nilai kuis}}$$

Mengetahui,
Guru Pembimbing



Sumaryana
NIP. 196309101984121009

Sleman, 26 Agustus 2015
Mahasiswa



Muhamad Fadchurrohman
NIM: 12601241031

RUBRIK PENILAIAN KEBUGARAN
(DAYA TAHAN, KECEPATAN, KEKUATAN, KELENTUKAN)

No.	Nama	Aspek yang Dinilai				Jumlah
		1	2	3	4	
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16						

Keterangan:

1. Daya Tahan

- Lari 6 menit, dihitung jumlah putaran yang dicapai.
- Lari naik turun tangga, dihitung catatan waktu yang diperoleh saat siswa menyerah.

Penilaian:

- Ambil skor tertinggi dan terendah untuk masing masing aspek (lari dan naik turun tangga) kemudian dibagi menjadi 4 kelas dengan skor 1 sampai 4
- Masukkan hasil yang diperoleh masing-masing siswa ke dalam masing-masing kelas untuk masing-masing aspek daya tahan.
- Hasil yang diperoleh pada lari 6 menit dan lari naik turun tangga kemudian dijumlahkan dan dibagi 2 dengan pembulatan ke besar, misal 3,5 menjadi 4.

2. Kekuatan

- Lakukan gerakan Push Up selama 1 menit.
- Lakukan gerakan Sit Up selama 1 menit.

Penilaian

- Ambil skor tertinggi dan terendah untuk masing masing aspek (Push Up dan Sit Up) kemudian dibagi menjadi 4 kelas dengan skor 1 sampai 4
- Masukkan hasil yang diperoleh masing-masing siswa ke dalam masing-masing kelas untuk masing-masing aspek kekuatan.
- Hasil yang diperoleh pada Push Up dan Sit Up kemudian dijumlahkan dan dibagi 2 dengan pembulatan ke besar, misal 3,5 menjadi 4.

3. Kecepatan

Melakukan gerakan sprint sejauh 40 meter, catat waktu yang diperoleh.

Penilaian:

- Ambil catatan waktu paling cepat dan lambat kemudian dibagi menjadi 4 kelas dengan skor 1 sampai 4
- Masukkan hasil yang diperoleh masing-masing siswa ke dalam masing-masing kelas.

4. Kelentukan

Melakukan gerakan pindah bola sesuai petunjuk yang diberikan sebanyak 4 kali, catat jumlah bola yang masuk ke dalam keranjang tanpa jatuh ke lantai.

**BLANGKO PENGAMBILAN NILAI KEBUGARAN
KELAS IX**

No	Nama	Kekuatan		Daya Tahan		Sprint	Pindah Bola
		Push Up	Sit Up	6 Menit	Tangga		
1							
2							
3							
4							
5							

**RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP LATIHAN KEBUGARAN**

Pertanyaan yang diajukan	Jumlah Skor
1. Ada berapakah komponen kebugaran jasmani? Sebutkan!	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 10	

1. Ada berapakah komponen kebugaran jasmani? Sebutkan!

Jawaban: Kekuatan, kecepatan, daya tahan, power, kelentukan, reaksi, koordinasi, akurasi, kelincahan, keseimbangan.

Kriteria penilaian:

Setiap jawaban memiliki nilai 1, sehingga total nilai maksimal adalah 10

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

Perilaku yang Diharapkan	Cek (√)
1. Disiplin selama pembelajaran	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Percaya diri	
4. Bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP N 2 Tempel

Kelas / Semester : IX / 1

Alokasi Waktu : 3 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mengembangkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan seperti nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan Teknik dasar lempar lembing langkah silang (memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan)
- a. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Percaya diri (*confidence*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Materi Ajar

Lempar Lembing Langkah Silang

- Siswa dapat melakukan teknik dasar Lempar L dengan benar.

E. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Commando

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (30 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Siswa di presensi kehadiran nya satu per satu.

e. Apersepsi

Mengaitkan materi yang akan diajarkan dengan kejadian pada kehidupan sehari-hari.

f. Pemanasan

1) Siswa diajak bermain sebuah permainan yang menarik dan menyenangkan.

a) Siswa diajak bermain berburukelinci.

b) Siswa beradadidalam area berbentukkotak yang sudahdisiapkanoleh guru.

c) Ada duasiswa yang beradadiluarsebagaipemburu, pemburuharusmelemparkan bola mengenaisiswa yang beradaditengah.

d) Bola tidakbolehdigelindingkantetapidilempar, sasaranyalututkebawah.

e) Siswa yang terkena bola haruskeluardanmembantumenjadipemburu.

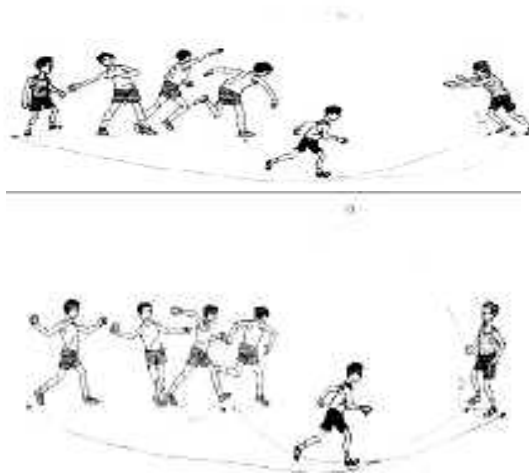
2) Pemanasan Statis dan Dinamis

2. Inti (75 menit)

a. Explorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lempar lembing langkah silang (memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan) , dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



Alat dapat dimodifikasi menggunakan bola kecil/tongkat

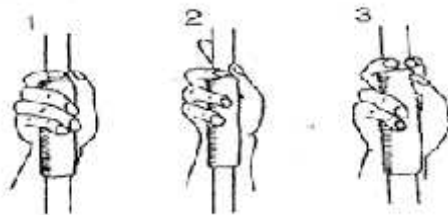
- ☞ Melakukan gerak melempar di tempat dari posisi berdiri menggunakan dua tangan di lanjutkan sambil bergerak jogging (berpasangan/kelompok)
- ☞ Melakukan gerak melempar dari posisi menyamping menggunakan satu tangan di tempat dilanjutkan sambil bergerak jogging (berpasangan /kelompok)
- ☞ Melakukan gerak melempar dari posisi menyamping dilanjutkan gerak menyilangkan kaki (perorangan/kelompok)

- ☞ Melakukan gerak melempar diawali dengan gerak membawa lembing, lari dan gerak menyilangkan kaki (berpasangan/kelompok)
- ☞ **Semua gerakan diawali tanpa alat dan dilanjutkan menggunakan alat**

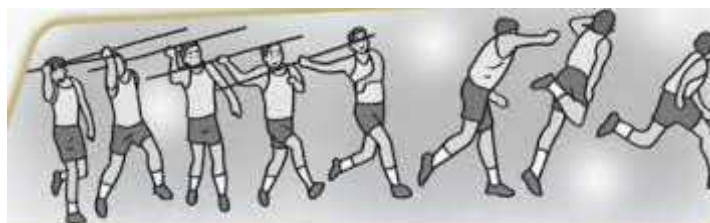
b. Elaborasi

Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar Lempar Lembing Langkah Silang

- 1) Guru menjelaskan materi yang akan diajarkan, yaitu Lempar Lembing Langkah Silang.
- 2) Guru menjelaskan kepada siswa mengenai teknik dasar Lempar Lembing Langkah Silang.
- 3) Rangkaian gerak Lempar Lembing Langkah Silang
 - a) Posisi awal berdiri tegak menghadap ke arah lemparan dengan kedua kaki sejajar, Lembing dipegang pada ujung belakang lilitan tali dan sejajar dengan tanah setinggi kepala



- b) Lari awalan sekitar 8-12 langkah, lembing dibawa setinggi kepala dengan mata lembing menunjuk sedikit ke atas
- c) Penarikkan lembing ke belakang pada saat kaki kiri mendarat, bahu kiri menghadap ke arah lemparan, lengan kiri ditahan di depan untuk menjaga keseimbangan, lengan yang melempar diluruskan ke belakang pada waktu langkah 1 dan 2
- d) Setelah penarikan 2 langkah kemudian lengan pelempar setinggi bahu dan hitungan ke tiga lembing harus benar-benar lurus
- e) Hitungan ke empat lakukan langkah silang dengan kaki kanan ke depan, bahu kiri dan kepala menghadap ke arah lemparan.
- f) Hitungan ke lima mengikuti dengan turunnya kaki kiri dikuatkan pada tumit, lengan pelempar dengan lembing nya berada di belakang sehingga mendapat tegangan seperti tali busur
- g) Pada saat pelepasan bahu kanan dan lengan dibawa ke depan sedangkan siku mendorong ke atas, dilanjutkan kaki kanan meluncur ke tanah, jangan lupa lecutan pada pergelangan tangan agar lembing bergerak parabola.



- 4) Guru memberi contoh cara melakukan Lempar Lembing Langkah Silang secara bertahap.
- 5) Siswa melakukan Lempar Lembing Langkah Silang sesuai dengan petunjuk yang diberikan dengan penekanan pada lemparan tangan

- 6) Kemudian Siswa melakukan gerakan menyamping, dimulai dengan badan menyamping, tangan kanan lurus dengan memegang lembing, mata tombak di samping kepala, pangkal nya menempel di tanah, kemudian lemparkan
- 7) Guru mengapresiasi dan memotivasi siswa, serta membetulkan gerakan siswa yang salah.
- 8) Siswa mencoba melakukan lemparan menggunakan langkah silang
- 9) Siswa mengaplikasikan latihan yang diterima dengan melakukan keseluruhan rangkaian gerakan Lempar Lembing Langkah Silang.

c. Konfirmasi

- 1) Guru bertanya jawab bersama siswa tentang hal-hal yang terjadi pada pembelajaran sebelumnya.
- 2) Guru bertanya jawab bersama siswa meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan apresiasi, serta menyimpulkan

3. Penutupan (15 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
- c. Siswa diberiskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- e. Menutup pertemuan dan berdoa

G. Sumber Belajar

- 1. Lapangan yang cukup luas datar dan nyaman
- 2. Lembing 8 buah
- 3. Cone 9 buah
- 4. Bola voli 1 buah
- 5. Bola Kasti 8 Buah
- 6. Kertas bekas sesuai jumlah siswa
- 7. Peluit dan Jam Tangan
- 8. Buku Referensi

H. Penilaian

Penilaiandi laksanakanselama proses dansesudahpembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor • Melakukan Lempar	Tes praktik	Tes Contoh Kinerja	• Lakukan Lembing Lempar Langkah

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Lembing Langkah Silang</p> <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui teknik dasar Lempar Lembing Langkah Silang <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Toleransi, percaya diri, menghargai teman dan keberanian 	<p>(Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Silang!</p> <ul style="list-style-type: none"> Jelaskan cara melakukan Lempar Lembing Langkah Silang dengan baik dan benar? Melakukan Toleransi, percaya diri, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
Melakukan Lempar Lembing Langkah Silang
Keterangan:Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan sikap (afeksi):
Selama pembelajaran amati siswa yangmenunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman
Keterangan:
Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek(√) memdapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlahskor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):
Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainanbola basket.

Keterangan:Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlahskormaksimal}} \times 20$$

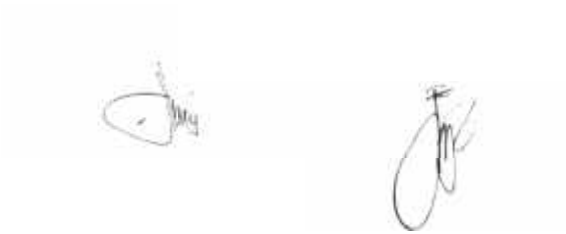
Nilaiakhir= Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Sleman, 2September 2015

Mahasiswa



Sumaryana

MuhamadFadchurrohman

NIP. 196309101984121009

NIM: 12601241031

RUBRIK PENILAIAN GERAK LEMPAR LEMBING

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi Awal 2. Langkah Menyamping 3. Langkah Silang 4. Lemparan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP LEMPAR LEMBING

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
Apa saja yang perlu diperhatikan saat melakukan lempar lembing langkah silang?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4				

Keterangan:

Jawaban Sikap awal, lari menyamping, langkah silang, pelepasan lembing.

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

Perilaku yang Diharapkan	Cek (✓)
1. Disiplin selama pembelajaran	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Mentaati peraturan	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP N 2 Tempel

Kelas / Semester : VII / 1

Alokasi Waktu : 3 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mengembangkan berbagai teknikdasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasiteknikdasar atletiksertanilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar lari jarak pendek dengan benar.
- b. Siswa dapat melakukan teknik dasar lari jarak pendek menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Materi Ajar

Lari Jarak Pendek

- Siswa dapat melakukan teknik dasar lari jarak pendek dengan benar.
- Siswa dapat melakukan lari jarak pendek menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.

E. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Commando

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (25 menit)

a. Berbaris

Siswa di bariskan 3 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.

b. Berhitung

Siswa dihitung jumlahnya.

c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Siswa di presensi kehadiran nya satu per satu.

e. Apersepsi

Mengaitkan materi yang akan diajarkan dengan kejadian pada kehidupan sehari-hari.

f. Pemanasan

1) Siswa diajak bermain sebuah permainan yang menarik dan menyenangkan.

a) Siswa berbarisduasafkemudian di hadapkanankanmembentukbarisanmemanjangsepertigerbong yang memanjang

b) Keduasafberlombauntukmenjadi yang tercepat, siswa yang barisnya paling belakangharusberlarimengitaribarisan paling depan.

c) Setelahberlarikebaris paling depandan paling belakangkemudiankembalilagikedepansiswa yang barisnya di depannyatadi.

Setelahhinggapidepannyakemudiandisusulsiswalainnya.

d) Sehinggasiswa yang paling depanKnberlarikebelakangdankembalikedepan.

2) Pemanasan Statis dan Dinamis

2. Inti (80 menit)

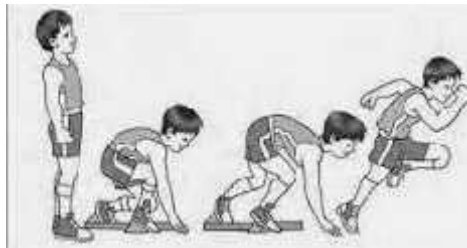
a. Explorasi

- 1) Siswa diminta untuk melakukan lari jarak pendek secepat-cepatnya
- 2) Kemudian beri jarak lebih jauh lagi untuk siswa melakukan lari jarak pendek.

b. Elaborasi

Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar lari jarak pendek

- 1) Guru menjelaskan materi yang akan diajarkan, yaitu lari jarak pendek.
- 2) Guru menjelaskan kepada siswa mengenai teknik dasar lari jarak pendek.
- 3) Rangkaian gerak start jongkok
 - a) Lutut kaki belakang diletakan pada ujung kaki depan dengan jarak satu kepal tangan.
 - b) Kedua lengan lurus sejajar dengan bahu, telapak tangan (jari-jari) letakan dibelakang garis start dengan telapak tangan membentuk "V" terbalik.
 - c) Pandangan lurus kelintasan, berat badan berada dikedua tangan.
 - d) Pada aba-aba "Siap" memindahkan berat badan ke depan dengan cara mengangkat pantat ke atas agak condong ke depan
 - e) Aba-aba "ya" atau bunyi pistol secara reflek dan cepat melesat bertolak ke depan.



- 4) Rangkaian lari jarak pendek
 - a) Start menggunakan start jongkok
 - b) Lari secepat-cepatnya menuju garis finish
 - c) Perhatikan gerakan kaki dan ayunan lengan
 - d) Kaki yang menapak sempurna di tanah dan ayunan lengan yang kencang dapat mempercepat laju saat melakukan lari cepat
- 5) Guru memberi contoh cara melakukan lari jarak pendek secara bertahap.
- 6) Siswa melakukan lari jarak pendek sesuai dengan petunjuk yang diberikan, dimulai dengan jarak yang dekat, kemudian jarak diperjauh.
- 7) Guru mengapresiasi dan memotivasi siswa, serta membetulkan gerakan siswa yang salah.

- 8) Siswa mengaplikasikan latihan yang diterima dengan pengambilan nilai lari jarak pendek.
- 9) Siswa putra dipanggil sesuai presensi 5 orang, kemudian diminta untuk melakukan pertandingan lari cepat bergantian sampai siswa putra habis.
- 10) Siswi putri dipanggil sesuai presensi sebanyak 5 orang, diminta untuk melakukan pertandingan lari cepat bergantian sampai siswi putri habis.

c. Konfirmasi

- 1) Guru bertanya jawab bersama siswa tentang hal-hal yang terjadi pada pembelajaran sebelumnya.
- 2) Guru bertanya jawab bersama siswa meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan apresiasi, serta menyimpulkan

3. Penutupan (15 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- e. Menutup pertemuan dan berdoa

G. Sumber Belajar

- 1. Lapangan yang cukup luas datar dan nyaman
- 2. Cone 8 buah
- 3. Peluit dan Jam Tangan
- 4. Buku Referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor • Melakukan Lari Jarak	Tes praktik	Tes Contoh Kinerja	• Lakukan Lari jarak pendek!

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam start jongkok.

Keterangan: Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlahskormaksimal}} \times 20$$

Nilaiakhir=

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

Mengetahui,

Sleman, 12 Agustus 2015



Guru Pembimbing Mahasiswa

Sumaryana

MuhamadFadchurrohman

NIP. 196309101984121009

NIM: 12601241031

RUBRIK PENILAIAN GERAK
LARI JARAK PENDEK

Aspek yang Dinilai	Kualitas gerak	
	1	2
1. Posisi Start Jongkok 2. Kecepatan lari dan gerakan berlari		
JUMLAH		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16		

1. Posisi start jongkok gerak 1 (aba-aba bersedia)

- Nilai 4
jika siswa dapat mempraktikkan semua gerak dengan benar (saat start jongkok aba-aba bersedia) posisi tangan, bentuk telapak tangan, pandangan, jarak antar telapak kaki dengan lutut yang menempel di tanah.
- Nilai 3
jika siswa melakukan rangkaian gerak dengan benar tetapi masih ada ketidakmampuan kelintasan.
- Nilai 2 jika siswa hanya melakukan posisi tangan dan bentuk tangan saja yang benar.
- Nilai 1 jika siswa melakukan semua gerak dengan salah

2. Posisi start jongkok gerak 2 (aba-aba siap)

- Nilai 4 jika siswa menaruh titik berat badan di lengkan badan condong kedepan, pandangan juga kelintasan.
- Nilai 3
jika siswa menaruh titik berat badan di lengkan badan condong kedepan tetapi pandangan tidak kelintasan
- Nilai 2
jika siswa mengangkat badan tetapi tidak mencodongkan badannya kedepan, sehingga titik berat badan berada di tengah-tengah.
- Nilai 1
jika siswa tidak mengangkat badannya sehingga tidak condong kedepan.

2. Gerakan saat berlari

- *Nilai 4* jika gerakan kaki dan ayunan lengan Kaki yang menapak sempurna di tanah dan ayunan lengan yang kencang.

- Nilai 3 jika gerakan kaki dan ayunan lengan kaki menapak sempurna dan ayunan lengan diayun pelan.
- Nilai 2 jika gerakan kaki dan ayunan lengan kaki menapak tidak sempurna dan ayunan lengan diayun pelan
- Nilai 1 jika semua gerak tidak sempurna baik kaki ataupun tangan

4. Kecepatan berlari

- Nilai 4 jika siswa mampu menempuh jarak 50 m dengan waktu 6,7 detik atau < 6,7 detik untuk putradan 7,7 atau < 7,7 untuk putri
- Nilai 3 jika siswa mampu menempuh jarak 50 m dengan waktu 6,8 – 7,6 detik untuk putradan 7,8 – 8,7 untuk putri
- Nilai 2 jika siswa mampu menempuh jarak 50 m dengan waktu 7,7 – 8,7 detik untuk putradan 8,8 – 9,9 detik untuk putri
- Nilai 1 jika siswa mampu menempuh jarak 50 m dengan waktu 9,7 – 11.0 detik untuk putradan 11,5 – 13,4 detik untuk putri

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP LARI JARAK PENDEK

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
Bagaimana rangkaian gerakan start jongkok?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4				

Bagaimana rangkaian gerakan start jongkok?

- a) Lutut kaki belakang diletakan pada ujung kaki depan dengan jarak satu kepala tangan.
- b) Kedua lengan lurus sejajar dengan bahu, telapak tangan (jari-jari) letakan dibelakang garis start dengan telapak tangan membentuk "V" terbalik.
- c) Pandangan lurus ke lintasan, berat badan berada dikedua tangan.
- d) Pada aba-aba "Siap" memindahkan berat badan ke depan dengan cara mengangkat pantat ke atas agak condong ke depan

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Disiplin selama pembelajaran	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Mentaati peraturan	

5. Menunjukkansikapbersungguh-sungguh	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

SMP/MTs : SMP N 2 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : VII (tujuh) / 1 (Satu)

Standar Kompetensi: 1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar : 1.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)

Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 kali pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar passing dan shooting under ring dengan benar.
- b. Siswa dapat mempraktikkan permainan bola basket yang telah dimodifikasi
- c. Mempraktikkan konsep membuka ruang dalam permainan bola basket
- d. Siswa mampu mencetak angka ke keranjang lawan.
- e. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*confidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

B. Materi Pembelajaran

Permainan bola basket :

- Passing dalam permainan bola basket dari depan dada, pantulan, dan dari atas kepala.
- Shooting dalam permainan bola basket salah satunya under ring

C. Metode Pembelajaran

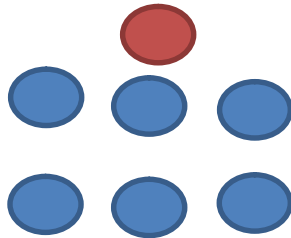
1. Demonstrasi
2. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan

a. Berbaris

Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.



b. Berhitung

Siswa dihitung jumlahnya.

c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.

e. Apersepsi

Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi ajar. Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.

f. Pemanasan

• Pemanasan dengan permainan tanpa alat

- Siswa dibagi antara laki-laki dan perempuan, kemudian diberpasangan,
- Pemanasan ini dinamakan kejar warna, dimana nanti ada dua warna merah dan putih.
- Saat salah satu warna tim disebutkan maka tim yang warnanya disebutkan harus lari menghindari tim yang warnanya tidak di sebutkan

• Pemanasan menggunakan alat

- Permainan pemanasan ini dinamakan lempar tangkap bola

- Siswa membuat formasi melingkar, ada dua siswa yang menjaga di tengah lingkaran. Tuganya untuk menangkap bola yang dilemparkan oleh temannya.
- Dalam lingkaran di beri dua bola, bola harus di lemparkan ke temannya. Lemparan harus melambung dan tidak boleh melempar ke sebelah kanan dan kiri si pembawa bola.
- Jika bola yang di lepar terlalu jauh maka si pelempar menjadi yang di dalam lingkaran. Jika bola yang di lempar terlepas, maka yang menangkap menjadi yang di tengah.

2. Kegiatan Inti

Eksplorasi

- 1) Guru memberikan pertanyaan kepada siswa mengenai pengetahuan siswa tentang teknik dasar passing dan shooting dalam permainan bola basket.
- 2) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 3) Guru menunjukan tata cara gerakan *chest pass*, *bounce pass*, *over head pass*, dan *under ring* menggunakan media pembelajaran gambar yang telah dipersiapkan.
- 4) Guru menjelaskan gerakan yang ada pada media pembelajaran secara singkat, padat, dan jelas.
- 5) Guru memberi pertanyaan tentang passing dan shooting under ring dalam permainan bola basket
 - Untuk apa menggunakan under ring untuk mencetak angka?

Jawab:

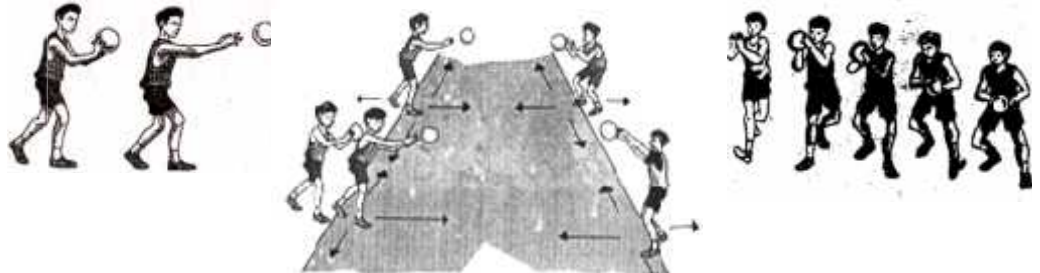
karena under ring lebih memudahkan untuk mencetak angka karena berada di bawah ring
- 6) Guru memberi contoh cara melakukan *chest pass*, *bounce pass*, *over head pass*, *under ring* dengan benar.
- 7) Siswa mencoba melakukan gerakan yang telah dijelaskan oleh guru.
- 8) Guru memberi pertanyaan tentang teknik dasar passing yang telah dilakukan.
 - Mengapa pada melakukan *chest pass* bola tidak sampai keteman yang di passing?

Jawab: Hal tersebut terjadi karena dorongan ke bola tidak maksimal dan kaki tidak melangkah.

Elaborasi

Guru menunjukan dan menjelaskan tata cara gerakan *chest pass*, *bounce pass*, *over head pass*, dan *under ring* menggunakan media pembelajaran gambar yang telah dipersiapkan.

Rangkaian gerakan chest pass adalah sebagai berikut :



- bola dipegang dengan kedua tangan di depan dada dengan ujung jari kedua tangan, ibu jari harus berada di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi bola.
- Posisi sikut dekat tubuh, kemudian letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang.
- Pindahkan berat badan ke depan ketika melangkah untuk melakukan operan.
- Pada saat melakukan tolakan untuk mengoper bola, luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah, sehingga tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan (snap).
- Pandangan mata tetap ke arah bola yang dioper dan arah bola harus lurus ke depan.

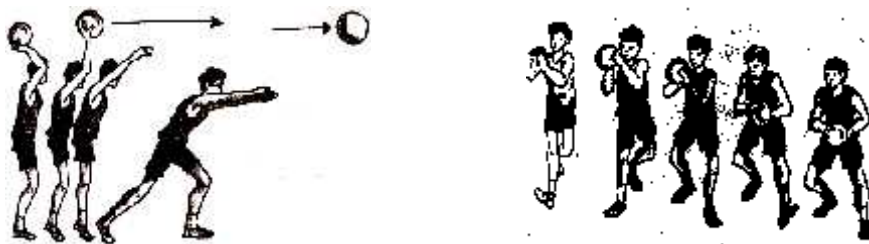
Rangkaian gerakan bounce pass:



- kedua tangan atau salah satu tangan ditempatkan di belakang bola, kemudian lepaskan bola ke arah bawah.
- Bola menyentuh lantai kira-kira dua pertiga dari jarak ke arah penerima sehingga bola dapat ditangkap saat setinggi pinggang.
- Memantulkan bola terlalu dekat padadirisendiri, maka lambungannya akan tinggi dan pantulannya lambat sehingga akan

mudah dipotong oleh lawan, tetapi memantulkan bola terlalu dekat dengan penerima akan membuat bola sulit direbut oleh lawan.

Rangkaian gerakan over head pass :



- Dimulai dengan posisi badan yang seimbang, pegang bola di atas kepala dengan sikuked dalam dan berbentuk sudut 90 derajat.
- Jangan bawa bola ke belakang kepala, karena dalam posisi tersebut susah untuk melakukan operan dengan cepat, dan mudah di curi oleh lawan, kaki melangkah ke depan sasaran, kumpulkan kekuatan maksimal dengan bertumpu pada kaki, kemudian dilanjutkan dengan operan cepat.
- Pada saat melakukan gerakan lecutan, jari mengarah kepada target dan telapak tangan ke bawah.

1. Siswa diberi contoh untuk melakukan gerakan gambar a, b, c, dan d. siswa juga diberi contoh cara menolong teman. Guru memberikan aba-aba dengan peluit. Kemudian di ulangi sampai gerakan benar. Guru selalu mengamati dan membenarkan gerakan siswa yang salah. Memberikan apresiasi setiap gerakan yang dilakukan siswa.
2. Siswa satu persatu melakukan rangkaian gerakan yang sudah diajarkan. Sambil guru mengamati aspek psikomotor siswa.

Konfirmasi

- 1) Guru bertanya jawab bersama siswa tentang hal-hal yang terjadi pada rangkaian gerak yang sebelumnya dilakukan.
- 2) Guru bertanya jawab bersama siswa meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan apresiasi, serta menyimpulkan.

3. Kegiatan Penutup

Penutupan

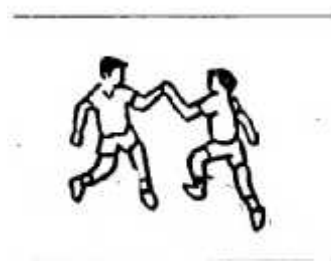
- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses pembelajaran.
- b. Pendinginan

Melakukan gerakan melemaskan otot lengan dan tungkai.

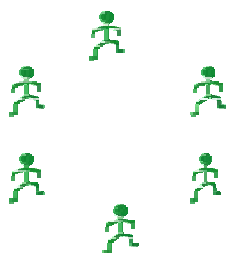
- Berpasangan saling menarik lengan teman



- Berpasangan, saling berhadapan mengayunkan tungkai depan ke belakang, kanan kemudian kiri.



- Melingkarkan membentuk lingkaran kecil dan posisi setengah jongkok dan tangan menapak di tanah.
Pendinginan ini menggunakan permainan tepuktangan.



- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remedi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- e. Berdoa.

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Cone
2. Bola basket
3. Peluit dan Jam Tangan
4. Buku referensi

- Media gambar
- Sumber belajar

A. Penilaian

Teknikdanbentukinstrumen

Ranah	TeknikPenilaian
Penilaian sikap	Observasi
Penilaian Pengetahuan	Mengerjakansoal
Penilaian Keterampilan	SkalaPenilaian (<i>Rating Scale</i>)

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
Melakukan *Cheast pass, bounce pass, over head pass, dan under ring*denganbaikdantepat
Keterangan:
Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):
Usaha, perilaku sportif, dan keberanian
Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek(√) memdapat nilai 1

Jumlahskor yang diperoleh

Nilai = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):
Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam *cheast pass, bounce pass, over head pass*.

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlahskormaksimal}} \times 20$$

-Nilaiakhir yang diperolehsiswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**



**Sumaryana
NIP. 196309101984121009**

**Sleman, 13 Agustus 2015
Mahasiswa**



**Muhamad Fadchurrohman
NIM : 12601241031**

RUBRIK PENILAIAN

Sikap (observasi)

No.	Nama	Aspek yang dinilai		Ket
		Sportif	Keberaniandanusaha	
1				
2				
3				

Keterangan :

N o.	Aspek yang dinilai	Observasi
1.	Sportif	C : apabila siswamelakukan tindakanberbahaya B : apabila siswamelakukan pembelajaran dengan teratur A : apabila siswamampu memotivasi temannya baik secara lisan maupun perbuatan
2.	Keberaniandanusaha	C : apabila siswamasih menunjukan sifat takutnya lebih dari 3 kali B : apabila siswamasih menunjukan sifat takutnya kurang dari 3 kali A : apabila siswasudah tidak menunjukan sifat takut dan usaha untuk bisa

Pengetahuan(Memberikan pertanyaan/ kuis)

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimanagerakan yang benarsaatchest pass, bounce pass,danover head pass agar posisi kaki luruskeatas? 2. Bagaimanaagar bola lebihmudahmasukdalamring ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				

Psikomotor (SkalaPenilaian (Rating Scale))

Aspek Yang Dinilai	KualitasGerak			
	1	2	3	4
Melakukan Teknik Dasar Passing Dari Depan Dada, Pantul dan dari Atas Kepala 1. Posisi awal bola saat akan melakukan pasing dari depan dada dipegang depan dada 2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing dari depan dana dan pantul mendorong bola ke depan 3. Posisi bola yang benar saat akan melakukan passing dari atas kepala, dipegang di atas kepala 4. Posisi lengan akhir gerakan passing bolabasket lurus ke depan dan rileks				

JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Nama Sekolah	: SMP Negeri 2 Tempel
Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahragadan Kesehatan
Satuan Pendidikan	: SMP / MTs
Kelas / Semester	: IX / 1
Alokasi Waktu	: 3x40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mengembangkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan dan bersedia berbagi tempat dan peralatan**)

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik servis atas, servis bawah, passing bawah dalam permainan bola voli dengan benar.
- b. Siswa dapat melakukan dasar Servis bawah, servis atas dan, passing bawah pada permainan bola voli menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Materi Ajar

Servis Bawah, servis atas dan passing bawah pada Permainan Bola Voli

- Siswa dapat melakukan teknik dasar servis bawah, servis atas dan passing bawah dengan benar.
- Siswa dapat melakukan servis bawah, servis atas, dan passing bawah pada permainan bola voli menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.

E. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Resiprokal

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (25 menit)

a. Berbaris

Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.

b. Berhitung

Siswa dihitung jumlahnya.

c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Siswa di presensi kehadiran nya satu per satu.

e. Apersepsi

Mengaitkan materi yang akan diajarkan dengan kejadian pada kehidupan sehari-hari.

f. Pemanasan

1) Siswa diajak bermain sebuah permainan yang menarik dan menyenangkan.

a) Menggunakan setengah lapangan voli yang sudah di modifikasi

b) Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, putr dan putri masing masing di bagilagi menjadi tiga kelompok kecil.

c) Permainan ini dinamakan serigala dan kelinci,

dalam tiga kelompok kecil baik laki-

laki ataupun perempuan menentukan dua orang

menjadi pemburu dan kelinci, dimana pemburu akan mengejar kelinci.

d) Pemburu harus mengejar kelinci,

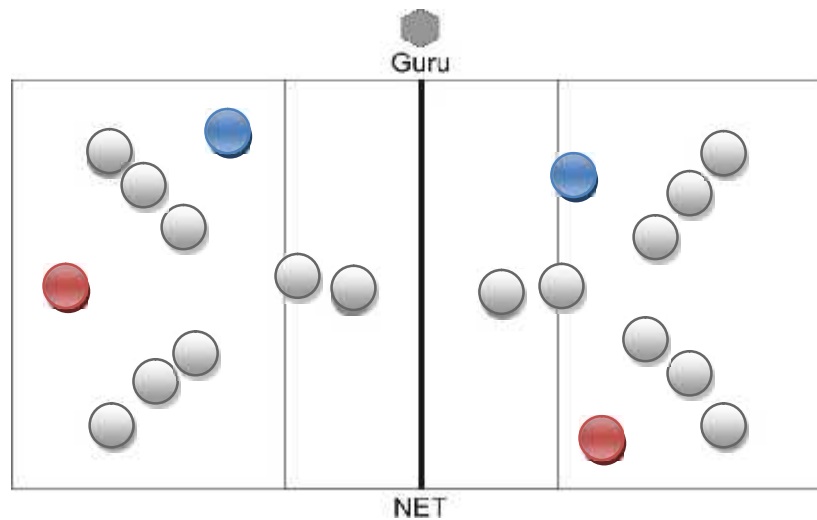
ketika kelinci tertangkap maka berubah menjadi pemburu.

Kelinci dapat meloloskan diri dengan arah yang paling

depan dari tiga kelompok yang sedang berbaris.

Saat kelinci hinggap maka siswa yang paling

belakang dalam barisan tersebut menjadi kelinci begitu seterusnya.



Keterangan :

○ : Siswa yang berbaris

● : Pemburu

● : Kelinci

2. Inti (85 menit)

a. Explorasi

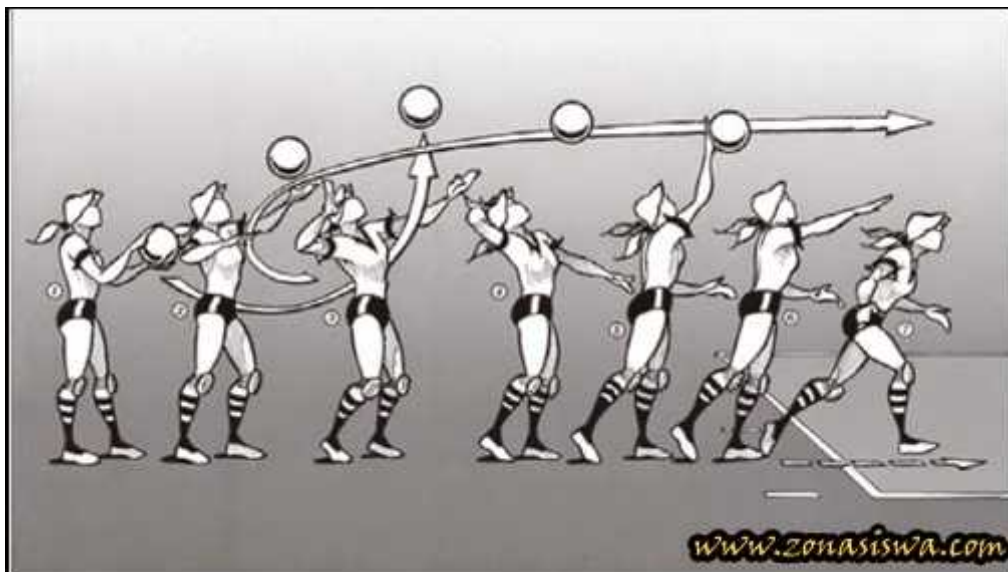
- 1) Siswa diminta untuk melakukan servis sesuai dengan pengetahuan dan kemampuan masing-masing siswa.
 - a. Siswa dibagi menjadi 2 regu, satu yang depan dan satu yang belakang berpasangan.
 - b. Siswa kemudian melakukan servis sesuai dengan kemampuan masing-masing siswa.
 - c. Siswa melakukan passing dalam permainan bola voli sesuai dengan kemampuan masing-masing siswa.
- 2) Simpulkan bersama siswa ada berapa macam servis dan passing dalam permainan bola voli.

b. Elaborasi

Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar servis bawah, servis atas, dan passing bawah pada permainan bola voli

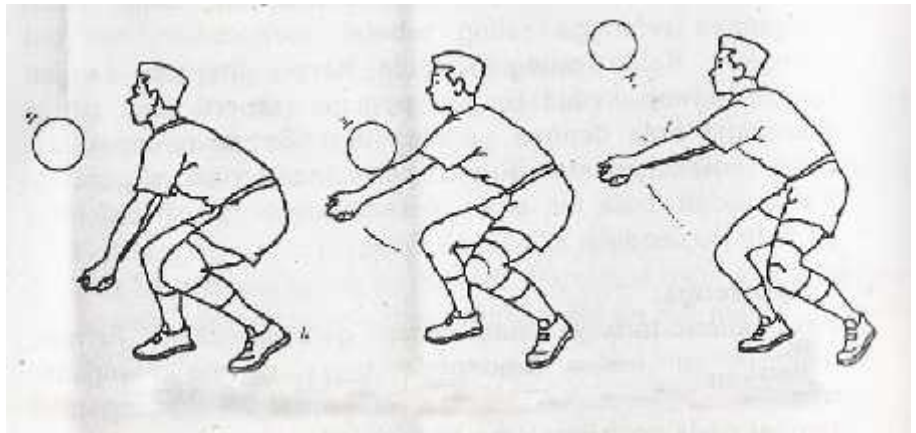
- 1) Guru memberi pertanyaan mengenai pengetahuan siswa tentang permainan bola voli.
 - Ada berapa macam teknik dasar passing dalam bola voli? Sebutkan!
Jawab: Dua, passing atas dan bawah
 - Sebutkan berapa jenis servis dalam permainan bola voli?
Jawab: ada 4, servis bawah, servis atas, jump servis, dan servis float

- 2) Guru menjelaskan materi yang akan diajarkan, yaitu servis bawah, servis atas, dan passing bawah dalam permainan bola voli.
- 3) Guru menggunakan media pembelajaran untuk memberi penjelasan kepada siswa mengenai teknik dasar servis bawah, servis atas, dan passing bawah permainan bola voli.
- 4) Cara melakukan servis dengan ayunan tangan dari atas sebagai berikut.
 - Pemain berdiri dengan salah satu kaki di depan, kedua lutut agak ditekuk.
 - Kedua tangan memegang bola.
 - Bola dilambung dengan tangan kiri ke atas sampai ketinggian ± 1 m di atas kepala di depan bahu, dan telapak tangan kanan segera ditarik ke belakang atas kepala dengan telapak menghadap ke depan.
 - Badan dilentangkan ke belakang. Setelah tangan berada di belakang atas kepala, bola segera dipukul dengan telapak tangan, dengan posisi lengan tetap lurus dan seluruh tubuh ikut bergerak.
 - Pada saat bola dipukul, berat badan dipindahkan ke depan.



- 5) Passing bawah adalah cara mengoper atau menerima bola dengan dua tangan secara bersamaan di depan badan. Cara melakukan passing bawah sebagai berikut.
 - Sikap badan berdiri, kedua kaki dibuka selebar bahu, dan kedua lutut agak ditekuk.
 - Badan agak condong ke depan, pandangan ke arah datangnya bola.
 - Kedua tangan rapat dan diluruskan di depan badan.
 - Perkenaan bola pada bidang datar lengan bawah dekat pergelangan tangan.

- Saat perkenaan, gerak ke dua lengan ke atas dengan sumber gerak dari pangkal bahu, kemudian lurus ke dua tangan.
- Gerak tangan disesuaikan dengan keras atau lemahnya kecepatan bola yang datang.

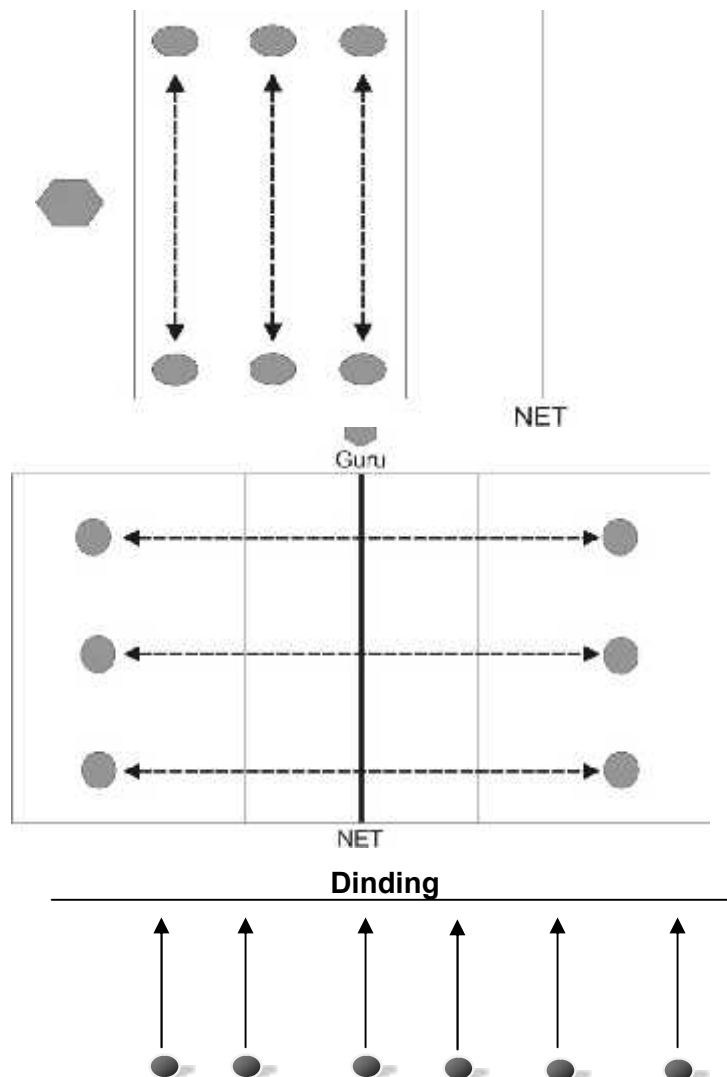


- 6) Rangkaian gerak servis bawah dalam permainan bola voli
- a) Sikap tubuh berdiri dengan kaki membentuk kuda-kuda, badan agak condong ke depan.
 - b) Salah satu tangan memegang bola dan tangan yang satunya digunakan untuk memukul.
 - c) Tangan yang digunakan untuk memukul jari-jarinya dalam keadaan mengepal atau mengenggam dan siku lurus.
 - d) Bola sedikit dilambungkan kemudian bola dipukul di bagian bawah dengan ayunan tangan dari belakang ke depan.



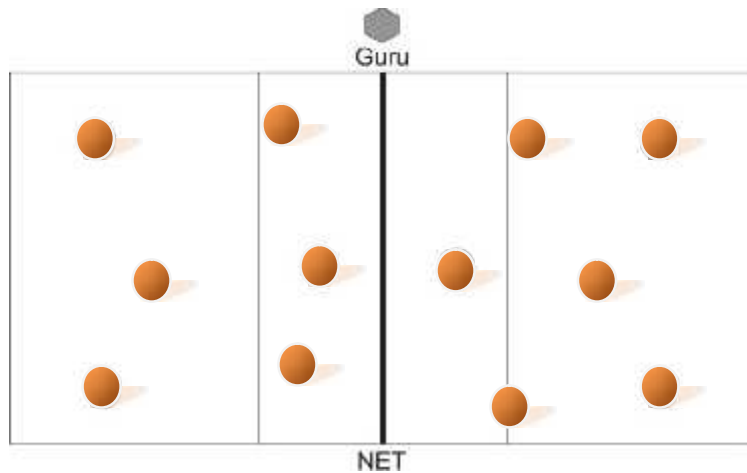
- 7) Guru memberi contoh cara melakukan servis bawah, servis atas, dan passing bawah pada permainan bola voli secara bertahap.
- 8) Siswa berpasangan melakukan servis bawah sesuai dengan petunjuk yang diberikan, dimulai dengan jarak yang dekat.
- 9) Guru mengapresiasi dan memotivasi siswa, serta membetulkan gerakan siswa yang salah.
- 10) Jarak antar siswa di per jauh dan diberi batas net.

- 11) Setelah itu siswa melakukan servis bawah, servis atas, dan passing bawah dengan sasaran dinding yang tingginya hampir sama dengan tinggi net.
- 12) Siswa mengaplikasikan latihan yang diterima pada permainan sebenarnya.



Permainan Bola voli

- 1) Siswa dibagi menjadi 2 regu, masing-masing regu mengisi sisi lapangan yang berbeda dan dibatasi oleh net.
- 2) Permainan dimulai menggunakan servis bawah untuk siswa putri dan servis atas untuk siswa putra.
- 3) Umpan dan mencetak angka bisa menggunakan semua bagian tubuh dan segala cara, namun masih berpatok pada peraturan resmi bola voli.
- 4) Siswa harus mempassing sebanyak 2 kali terlebih dahulu sebelum mencetak angka, sentuhan ketiga harus mengarah ke daerah lawan.



c. Konfirmasi

- 1) Guru bertanya jawab bersama siswa tentang hal-hal yang terjadi pada permainan sebelumnya.
- 2) Guru bertanya jawab bersama siswa meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan apresiasi, serta menyimpulkan
- 3) Pertanyaan
 - Mengapa bola yang dipukul tidak berhasil melewati net?
Jawab: Bola tidak berhasil melewati net karena ayunan tangan kurang jauh sehingga pukulan pada bola tidak keras.
 - Mengapa bola tidak melambung tinggi ke atas saat dipukul?
Jawab: Bola tidak melambung karena pada saat memukul tidak mengenai bagian bawah bola.
 - Mengapa arah bola yang dipukul tidak dapat diatur arahnya?
Jawab: karena perkenaan bola masih mengenai pergelangan tangan bukannya kedua lengan.

3. Penutupan (10 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
 - 1) Siswa melakukan pendinginan secara statis
- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remedi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- e. Menutup pertemuan dan berdoa

G. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan nyaman
2. Bola 13 buah
3. Net

- 4. Peluit dan Jam Tangan
- 5. Media Gambar
- 6. Buku Referensi

Sarjana, Atmaja B & Sunarto, B.T.J. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta: Pusat Perbukuan Nasional

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah, servisatas, dan passing bawah • Permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui teknik dasar Servis Bawah pada permainan bola voli <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Pertayaan</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pertanyaan singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan Servis Bawah, servisatas, dan passing bawah • Jelaskan cara melakukan Servis Bawah dengan baik dan benar? • Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
Melakukan Servis Bawah, servisatas, dan passing bawah
- Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor maksimal}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan bola voli dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

Berikan tanda cek (\checkmark) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\checkmark) mendapat nilai 1

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bola voli

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- **Nilai akhir**=

<p>Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis</p>

Mengetahui,

Sleman, 12 Agustus 2015

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa




Sumaryana

Muhamad Fadchurrohman

NIP. 196309101984121009

NIM: 12601241031

RUBRIK PENILAIAN
GERAK DASAR BOLA VOLI

Aspek yang Dinilai	Skor
1. Passing Bawah Siswa melakukan passing bawah selama 30 detik ke tembok dengan sasaran kotak berukuran 1 x 1m	
2. Servis Siswa melakukan servis sebanyak 10 kali	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8	

Keterangan:

1. Passing Bawah

Siswa melakukan passing bawah selama 30 detik dan hitung jumlah bola yang masuk ke dalam kotak.

2. Servis

Siswa melakukan servis sebanyak 10 kali, hitung jumlah bola yang masuk ke daerah lawan. Siswa putra melakukan servis atas dan putri servis bawah.

Penilaian:

- Ambil perolehan tertinggi dan terkecil dari masing-masing aspek penilaian (servis dan passing bawah)
- Kemudian dibagi menjadi 4 kelas untuk setiap aspek menjadi skala 1-4
- Masukkan perolehan servis dan passing bawah sesuai pengelompokkan setiap kelas.

RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP
GERAK DASAR BOLA VOLI

Pertanyaan yang diajukan	Skor
1. Bagaimanagerakan yang benar dalam melakukan serve bawah?	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

Bagaimanagerakan yang benar dalam melakukan serve bawah?

- a) Sikap tubuh berdiri dengan kaki membentuk kuda-kuda, badan agak condong ke depan.
- b) Salah satu tangan memegang bola dan tangan yang satunya digunakan untuk memukul.

- c) Tangan yang digunakan untuk memukul jari-jarinya dalam keadaan mengepal atau menggenggam dan siku lurus.
- d) Bola sedikit dilambungkan kemudian bola dipukul di bagian bawah dengan ayunan tangan dari belakang ke depan.

Kriteria penilaian:

- Nilai 4 jika mampu menjawab keseluruhan jawaban.
- Nilai 3 jika mampu menjawab 3 dari 4 jawaban yang tersedia.
- Nilai 2 jika mampu menjawab 2 dari 4 jawaban yang tersedia.
- Nilai 1 jika mampu menjawab 1 dari 4 jawaban yang tersedia.

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Disiplin selama pembelajaran	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Mentaatiperaturan	
4. Menunjukkansikapbersungguh-sungguhdalampembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP N 2 Tempel

Kelas / Semester : VII / 1

Alokasi Waktu : 3 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Menerapkan budaya hidup sehat.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Memahami pola makan sehat.
- 1.2 Memahami perlunya keseimbangan gizi.

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa memahami pola hidup bersih dan sehat.
- b. Siswa memahami pola makan sehat.
- c. Siswa memahami perlunya keseimbangan gizi.
- d. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Percaya diri (*confidence*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Materi Ajar

Budaya Hidup Sehat

- Pola Hidup Bersih dan Sehat

Kebiasaan / perilaku sehat yang dilakukan oleh setiap siswa, guru, penjaga sekolah, petugas kantin atau warung sekolah, orang tua siswa dan lain lain yang kesadarannya untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya serta aktif dalam menjaga lingkungan sehat di sekolah secara mandiri (Kementrian Kesehatan RI)
- Pola Makan Sehat
 - ✓ Selalu sarapan setiap pagi
 - ✓ Jajan di kantin sekolah
 - ✓ Memotong kuku
 - ✓ Cuci tangan sebelum makan
 - ✓ Buang sampah pada tempatnya
- Keseimbangan Gizi

Gizi seimbang adalah makanan yang dikonsumsi oleh individu sehari-hari yang beraneka ragam dan memenuhi zat gizi dalam jumlah yang cukup,

tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Zat gizi yang terkandung dalam sumber makanan adalah karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin ditambah serat dan air.

E. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Resiprokal

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (25 menit)

a. Salam

Mengucapkan salam kepada siswa sebelum memulai pembelajaran

b. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

c. Presensi

Siswa di presensi kehadiran nya satu per satu.

d. Apersepsi

Mengaitkan materi yang akan diajarkan dengan kejadian pada kehidupan sehari-hari. Memberitahukan berita-berita yang sedang hangat terjadi disekitar mengenai materi yang akan diajarkan.

2. Inti (85 menit)

a. Explorasi

Memfasilitasi siswa dalam mencari informasi yang seluas-luasnya yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari dengan menggunakan media pembelajaran serta pemutaran video edukatif.

b. Elaborasi

Mengajarkan materi Pendidikan Kesehatan yang diisidengan urutan materi sebagai berikut:

1. *Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*
2. *Pola Makan Sehat*
3. *Gizi Seimbang*

c. Konfirmasi

Guru bertanya jawab bersama siswa meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan apresiasi, serta menyimpulkan.

3. Penutupan (10 menit)

- a. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- b. Menutup pertemuan dan berdoa
- c. Salam

G. Alat dan Sumber Belajar

1. Ruangkelas
2. Proyektor dan LCD
3. Komputer atau laptop
4. Slide presentasi
5. Buku Referensi
6. Internet

H. Penilaian

- Pengamatan sikap (afeksi):

Tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman selama pembelajaran berlangsung.

Keterangan:

Berikan tanda cek (\checkmark) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\checkmark) mendapat nilai 1

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lesandengan baik, pertanyaan mengenai pola hidup sehat

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Mengetahui,

Sleman, 31 Agustus 2015

Guru Pembimbing

Mahasiswa



Sumaryana

Muhamad Fadchurrohman

NIP. 196309101984121009

NIM: 12601241031

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

No	Nama	Perilaku Yang Diharapkan (Cek ✓)			
		Disiplin	Keaktifan	PercayaDiri	Kejujuran
1					
2					
3					
4					
5					

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP DALAM PEMBELAJARAN

No	Nama	Butir-Butir Soal(Cek ✓)					Jumlah
		Soal No. 1	Soal No. 2	Soal No. 3	Soal No. 4	Soal No. 5	
1							
2							
3							
4							
5							

1. Mengapa kita perlu melakukan pola hidup bersih dan sehat di sekolah?

Jawab: Agar semua warga sekolah terlindungi dari penyakit sehingga bisa meningkatkan semangat belajar dan akhirnya meningkatkan prestasi belajar siswa.

2. Bagaimana langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun yang benar?

Jawab:

- a. Basahi tangan seluruhnya dengan air bersih yang mengalir
- b. Gosok sabun ke telapak, punggung tangan dan sela-sela jari-jari
- c. Bersihkan bagian bawah kuku-kuku
- d. Bilas dengan air bersih yang mengalir
- e. Keringkan dengan handuk/tisu atau keringkan dengan udara/dianginkan

3. Apa manfaat sarapan sebelum berangkat ke sekolah?

Jawab: semangat , tidak mudah lemas, dan konsentrasi belajar meningkat.

4. Sebutkan sumber makanan yang mengandung gizi seimbang?

Jawab : nasi, roti, lauk pauk, sayur-sayuran, buah-buahan, dan air.

5. Kenapa kita harus menjaga pola makan kita?

Jawab: Untuk menjaga kesehatan tubuh, terlindung dari penyakit sehingga meningkatkan prestasi belajar

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP N 2 Tempel

Kelas / Semester : VII / 1

Alokasi Waktu : 3 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mengembangkan berbagai teknik dasar senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan teknik dasar gerak guling depan serta nilai kedisiplinan, keberanian, dan tanggung jawab.
- 1.2 Mempraktikkan teknik dasar gerak guling belakang serta nilai kedisiplinan, keberanian, dan tanggung jawab.

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar guling depan, guling belakang, dan meroda dengan benar.
- b. Siswa dapat melakukan rangkaian teknik dasar guling depan, guling belakang, dan meroda.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*confidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Materi Ajar

Guling Depan dan Guling Belakang

- Siswa dapat melakukan teknik dasar guling depan dan guling belakang dengan benar.
- Siswa dapat melakukan rangkaian teknik dasar guling depan dan guling belakang.

E. Metode Pembelajaran

- Penugasan

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (25 menit)

a. Berbaris

Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.

b. Berhitung

Siswa dihitung jumlahnya.

c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Siswa di presensi kehadiran nya satu per satu.

e. Apersepsi

Mengaitkan materi yang akan diajarkan dengan kejadian pada kehidupan sehari-hari.

f. Pemanasan

Siswa diajak melakukan pemanasan Statis dan Dinamis.

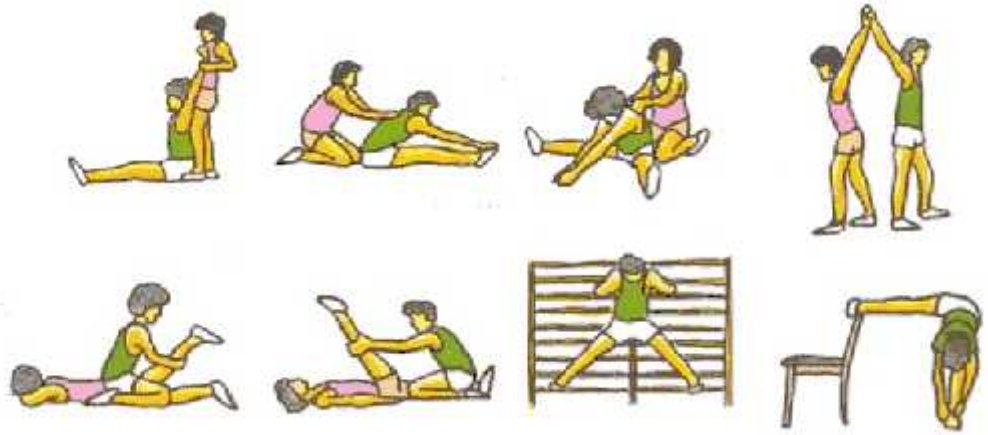
- Pemanasan Statis

Siswa tetap pada barisan,

kemudian di komando untuk mengambil alih lengan. Melakukan gerakan yang ada pada gambar di bawah ini secara urut. Siswa menghitung 1-8 secara bergantian. Tujuannya agar meregangkan otot pada lengan, punggung dan kaki.



- Pemanasan PNF



Siswa berpasangan kemudian melakukan sesuai instruksi dari guru

- Pemanasan dengan permainan
 - Siswa membentuk 2 barisan ke belakang.
 - Setiap kelompok harus mengalirkan bola ke siswa yang paling belakang. Jarak antar siswa 1 m
 - cara memindahkan bola yang pertama lewat atas kepala , kedua lewat sela-sela kaki, ketiga lewat sebelah kanan, dan keempat lewat kiri.
 - Siswa harus bisa mencapai temannya yang ada dibelakang, tidak boleh menggerakkan kaki nya yang boleh bergerak hanya tangan, lengan, bahu, pinggul dan punggung.

2. Inti (80 menit)

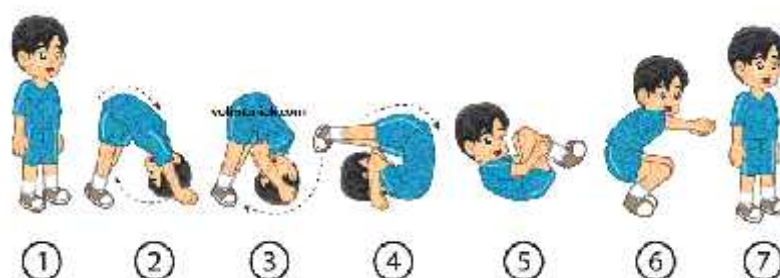
a. Explorasi

- 1) Siswa mencoba membulatkan badan dengan sikap duduk dan merapatkan lutut ke dada, kepala dimasukkan diantara dua lengan, dagu menempel ke dada
- 2) Siswa diminta untuk melakukan guling depan dan guling belakang bergantian.

b. Elaborasi

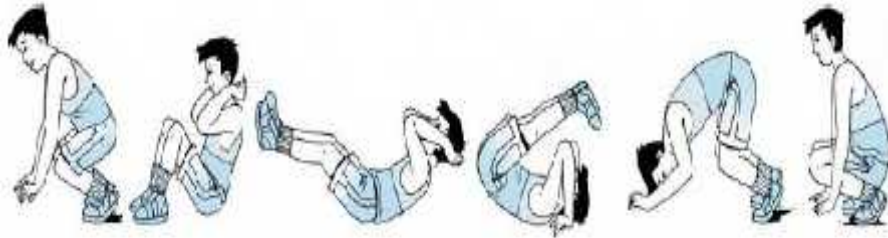
Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar guling depan dan guling belakang

- 1) Guru menjelaskan materi yang akan diajarkan, yaitu guling depan dan guling belakang.
- 2) Guru menjelaskan kepada siswa mengenai teknik dasar guling depan dan guling belakang.



3) Rangkaian gerakan guling depan

- Sikap awal berdiri tegak di bibir matras.
- Kemudian letakkan kedua telapak tangan di atas matras, dengan lutut kedua kaki lurus, dan tumit diangkat
- Kedua siku dibengkokkan kesamping, kepala dimasukkan diantara tangan, hingga bahu menempel pada matras, hingga dengan sendirinya badan akan berguling kedepan
- Pada waktu badan berguling lutut cepat dipeluk agar badan bulat, dan akhirnya jongkok, kemudian kembali sikap berdiri dengan kedua tangan lurus keatas di samping telinga.



4) Rangkaian gerakan guling belakang

- Sikap awal jongkok di bibir matras dengan posisi tangan diatas bahu dengan telapak tangan membuka ke atas, kepala membungkung dagu ditempel di dada
- Jatuhkan badan ke belakang hingga tengkuk menempel ke matras, kemudian dorong dengan telapak tangan hingga badan terus berguling ke belakang hingga kembali ke posisi jongkok.



5) Rangkaian gerakan meroda

- Berdiri dengan sikap tegak dan posisi tangan berada di samping
- Lalu perlahan angkat tangan keatas dengan sikap menyerupai huruf "V"

- c) Laluputarkeduatangankebelakangdengandiikuti kaki
kanan/kirimelangkahkedepanlaludiikutidengan kaki
kiri/kanansebagaihentakannya
- d) Laluletakkantangankananalutangankiri/tangankirilalutangan
anpadamatras
- e) Pada saat memutar kedua kaki harus lurus agar mendapat posisi
yang maksimal
- f) Saat sudah memutar posisi badan menghadap kesamping lalu putar
kaki
supaya bisa menghadap kedepan dan pandangan mata pun harus
menghadap kedepan

- 6) Guru memberi contoh cara melakukan guling depan dan guling
belakang secara bertahap.
- 7) Siswa melakukan guling depan dan guling belakang sesuai dengan
petunjuk yang diberikan, dimulai dengan 1 kali guling hingga
rangkaian gerak guling depan maupun belakang
- 8) Guru mengapresiasi dan memotivasi siswa, serta membetulkan
gerakan siswa yang salah.

c. Konfirmasi

- 1) Guru bertanya jawab bersama siswa tentang hal-hal yang terjadi
pada pembelajaran sebelumnya.
- 2) Guru bertanya jawab bersama siswa meluruskan kesalahan
pemahaman, memberikan apresiasi, serta menyimpulkan.

3. Penutupan (15 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas,
pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling
baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta
didik.
- e. Menutup pertemuan dan berdoa

G. Sumber Belajar

- 1. Ruang yang cukup luas datar dan nyaman
- 2. Matras 2 buah
- 3. Peluit dan Jam Tangan

4. Buku Referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none">Melakukan Guling depan dan guling belakang	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	<ul style="list-style-type: none">Lakukan Guling depan dan guling belakang!
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none">Mengetahui teknik dasar Guling depan dan guling belakang	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	<ul style="list-style-type: none">Jelaskan cara melakukan Guling depan dan guling belakang dengan baik dan benar?
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none">Kedisiplinan, tanggung jawab dan keberanian	Tes observasi	Lembar observasi	<ul style="list-style-type: none">Melakukan kedisiplinan, tanggung jawab dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
Melakukan Guling depan dan guling belakang
Keterangan: Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):
Selama melakukan pembelajaran senam lantai amati perilaku siswa, terutama dalam aspek kedisiplinan, keberanian, dan tanggung jawab
Keterangan:
Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek(√) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak guling depan dan guling belakang.

Keterangan: Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlahskormaksimal}} \times 20$$

Nilaiakhir=

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

Mengetahui,

Sleman, 22 Agustus 2015

Guru Pembimbing

Mahasiswa




Sumaryana

MuhamadFadchurrohman

NIP. 196309101984121009

NIM: 12601241031

RUBRIK PENILAIAN RANGKAIAN GERAK
SENAM LANTAI

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Guling Depan Dapat melakukan gerak guling depan sesuai dengan ketentuan yang telah disepakati/ditentukan.				
Guling Belakang Dapat melakukan gerakan guling belakang sesuai dengan ketentuan sesuai rangkaian yang diajarkan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Keterangan:

1. Dapat melakukan gerak guling depan sesuai dengan ketentuan yang telah disepakati/ditentukan.
- Nilai 4 jika dapat melakukan gerak dengan baik dan hasilnya sesuai yang sudah ditentukan.
 - Nilai 3 jika dapat melakukan gerak dengan baik dan hasilnya masih kurang sedikit dari yang ditentukan.
 - Nilai 2 jika dapat melakukan gerak dengan salah dan hasilnya sesuai dengan yang sudah ditentukan.
 - Nilai 1 jika gerak salah dan hasilnya tidak sesuai yang sudah ditentukan.
2. Dapat melakukan gerakan guling belakang sesuai yang sudah ditentukan.
- Nilai 4 jika dapat melakukan gerak dengan baik dan hasilnya sesuai yang sudah ditentukan.
 - Nilai 3 jika dapat melakukan gerak dengan baik dan hasilnya masih kurang sedikit dari yang ditentukan.
 - Nilai 2 jika dapat melakukan gerak dengan salah dan hasilnya sesuai dengan yang sudah ditentukan.
 - Nilai 1 jika gerak salah dan hasilnya tidak sesuai yang sudah ditentukan

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP SENAM LANTAI

Pertanyaan yang diajukan	Jumlah Skor
1. Jelaskan rangkaian gerak meroda	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

Keterangan:

1. Jelaskan rangkaian gerak meroda!

Jawaban:

- a) Berdiridengansikaptegakdanposisitanganberadadisamping
- b) Laluperlahanangkattangankeatasdengansikapmenyerupaihuruf "v"
- c) Laluputarkeduatangankebelakngdengandiikuti kaki
kanan/kirimelangkahkedepanlaludiikutidengan kaki
kiri/kanansebagaihentakannya
- d) Laluletakkantanganakananlalutangkankiri/tangankirilalutanganakananpadam
atras
- e) Pada saat memutar kedua kaki harus lurus agar mendapat posisi yang
maksimal
- f) Saat sudah memutar posisi badan menghadap kesamping lalu putar kaki
supayabisamenghadapkedepandanpandanganmatapunharusmenghadap
kedepan

Kriteria penilaian:

Setiap jawaban memiliki nilai 1, sehingga total nilai maksimal adalah 4

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

Perilaku yang Diharapkan	Cek (√)
1. Disiplin selama pembelajaran	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Percaya diri	

4. Bersungguh-sungguhdalammelakukan gerakan	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

Dokumentasi kegiatan PPL

- Observasi pembelajaran**



- Kegiatan mengajar terbimbing**



Mengajar terbimbing materi pembelajaran permainan bola basket



Mengajar terbimbing materi pembelajaran senam lantai



Mengajar terbimbing materi pembelajaran permainan bola voli



Mengajar terbimbing materi pembelajaran kebugaran





Mengajar terbimbing materi pembelajaran kesehatan

- Kegiatan keagamaan dan ulangan harian



- Upacara bendera hari senin





Persiapan latihan TUB hari senin



Pelaksanaan upacara bendera hari senin

- Upacara bendera 17 Agustus 2015



Latihan TUB 17 Agustus 2015



Pelaksanaan Upacara bendera 17 Agustus 2015

- Konsultasi dengan dosen pembimbing



- Ekstrakurikuler





- Rapat osis



- Kunjungan ke SMP N 1 Karangrayung Kab. Grobogan Jawa Tengah

